

الألبان بالسوق السعودية

داباو
DABAO

مركز الشعر العربي الفاعل علاج الصلع
للمستخرج من الأعشاب الصينية

والصبر يتناول من ٧ حبات غليظة
ويتمتلك الأظفار على الشرايات
لدى الصبغيات

اتصل بـ ٥٥٥٣١٥٤ - ونحن مستعدون لإرسال الدواء بالبريد لكافة أنحاء المملكة

النقد
AL NADWA

جريدة يومية تصدر بمكة المكرمة

بلاي تائم
PARFUM DE TOILETTE
FOR MEN

بلاي تائم
بلاي تائم
بلاي تائم

PUBLISHED IN MAKKAH No. 9239 SATURDAY JUNE 24, 1989

كلمة النقد

هيئة التحقيق والادعاء العام

فتح المرسوم الملكي الذي يحمل الرقم (٥٧) وتاريخ ١٤/١٠/٨٠ صفحة جديدة تأسس في تاريخ القضاء في المملكة .. عندما أعلن لولاة على نظام هيئة التحقيق والادعاء العام، الذي يعد الاختصاصات والهيكل العامة في هذه الهيئة الجديدة، التي ستعمل في مجال التحقيق في القضايا المخالفة ..

والادعاء أمام الجهات القضائية .. وفيه مهام المثلثة بها هيلاً للنظام ..

والد تأسس قرار مجلس الوزراء الصادر بالموافقة على النظام الجديد تشكيل لجنة من وزارة الداخلية ووزارة المالية والاقتصاد الوطني والديوان العام للخدمة المدنية لتصفين من يراد تلة من موظفي الدولة إلى هيئة التحقيق والادعاء العام .. وأشار القرار إلى مضي مدة طويلة على نظام مديرية الأمن العام .. وأن قضايا التحقيق ورفع الادعاء بها أمام الجهات القضائية .. قد أصبحت على درجة كبيرة من التعقيد والتعدي .. الأمر الذي يؤدي إلى إطالة البت فيها .. وأتت انطلاقاً من هذه التعقيدات وسبعا لتطوير .. فقد تأسس سلطة مختصة بالتحقيق والادعاء تابعة لوزارة الداخلية هي هيئة التحقيق والادعاء العام ..

ولقد أُنشئت الهيئة بجمعية الولدية مهم رئيسية في مجال عملها : تفحص : التحقيق في الجرائم والتصرف في التحقيق برافع الدعوى أو حفظها طبقاً لما تحدده اللوائح والادعاء أمام الجهات القضائية وفقاً للائحة التنظيمية وتب طلب تعيين الإشراف على تنفيذ الأحكام الجزائية والرقابة والتفتيش على السجون ودور التوقيف وأي أمكن تنفذ فيها أحكام جزائية والقيام بالإسراع إلى شكوي المسجونين والموقوفين والتحقيق من مشروعية سجنهم ..

كما نص النظام على تشكيل لجنة إدارة الهيئة .. وأتت بها العديد من المهام اليومية كإدارة قرارات الإتهام في قضايا القتل والطلاق والرجم ودراسة الأمور المتعلقة بالتحقيق والادعاء وإعداد التقارير والقرارات ..

وكما هو شأن الملكة في كافة أنشطتها وقراراتها .. فقد تمتع بالخدمة الخامسة من نظام هيئة التحقيق والادعاء العام .. على أن يتمتع أعضاء الهيئة بالاستقلال التام ولا يخضعون في عملهم إلا لأحكام الشريعة الإسلامية والأنظمة المرعية وليس لأحد التدخل في مجال عملهم .. كما يتمتع أعضاء الهيئة بالحقوقي والخصائيات المخيرة في نظام الخدمة المدنية ونظام التقاعد ويضمن لهم نص على نظام الخدمة من واجبات .. ويضمنون من الجمع بين الوظيفة وبين مزاولة التجارة أو أي مهنة أو عمل لا يتعارض مع استقلال عمل الهيئة وكرامتها .. كما لا يجوز لهم إنشاء إضراب أو إضراباً عليها بكم عملهم ولا بد تركهم الخدمة .. ولذا فقد تضمن النظام عشر مواد خاصة بالتحقيق والرقابة والتفتيش وبالنسبة لأعضاء الهيئة .. إلى جانب لائحة خاصة بالتفتيش والرقابة والتفتيش في هيئة التحقيق والادعاء العام بتتبع أداء أعضائها مهام عملهم .. وما من شك في أن الإجراءات التي حددها النظام بالنسبة لشروط التعيين والترقية والتدريب والمواد التي تلتزم على الهيئة .. كل ذلك من شأنه أن يرفع لاهية التحقيق والادعاء العام .. الفاعلية لتلافي كل ما أشار إليه قرار مجلس الوزراء من تعقيد وتعقيد .. وينظم عملية التحقيق والادعاء على نحو يضمن سرعة البت في القضايا المخالفة التي هي في مجال اختصاص الهيئة .. كما أن لوائح وزير الداخلية على أعمال الهيئة من شأنه أيضاً أن يعطي هذه الهيئة فعالية تحتاج إليها في عملها الذي يستهدف التبرر والعدالة وأحقاق الحق .. بموجب الشريعة الفراء .. التي هي مدار كل منكم حيتاً ..

بدء تنفيذ نظام هيئة التحقيق والادعاء العام

كتب / عبدالعزيز غزوي :

صور المرسوم الملكي بالموافقة على نظام هيئة التحقيق والادعاء العام .. الذي تضمن إنشاء الهيئة وتشكيلها واختصاصاتها وتنظيم أوضاع وهيكل الهيئة فيما يتعلق بالعضوية وكذلك التاديب والتعيين والترقية والنقل ومعاملة موظفيها من غير الأعضاء .. وقد بدأ تنفيذ النظام ابتداء من نشره في جريدة أم القرى الرسمية يوم الخميس الماضي ..

وقد تضمن الباب الأول من نظام هيئة التحقيق والادعاء العام ارتباط الهيئة بوزارة الداخلية ويكون مقرها الرياض ولها فروع داخل المدن الرئيسية أو خارجها كما تشكل من رئيس ونائب أو أكثر ومن عدد كاف من رؤساء الدوائر وكلائهم ومن المحققين ومساعديهم ..

الاختصاصات

كما حدد النظام اختصاصات الهيئة وهي : التحقيق في الجرائم والتصرف في التحقيق برافع الدعوى أو حفظها أو إلقاء أمام الجهات القضائية وتب طلب تعيين الإشراف على تنفيذ الأحكام الجزائية والرقابة والتفتيش على السجون ودور التوقيف وأي أمكن تنفذ فيها أحكام جزائية والاستماع إلى شكوي المسجونين والموقوفين والتحقيق من مشروعية سجنهم أو توقيفهم أو اعتقالهم ولها اختصاصات الإدارة اللازمة لإطلاق برامج من سجون أو لرفع منهم بدون سبب مشروع وتطبيق وتنفيذ به الأنظمة في حق المقيدين في تلك السجون وتب وزير الداخلية بما يبين من ملاحظات في هذا الشأن ويضع تقرير به كل ستة أشهر عن حالة السجون والموقوفين .. إلى جانب أي اختصاصات أخرى تشد إليها بموجب الأنظمة واللوائح .. كما تحدد اللائحة التنفيذية كيفية سير العمل بالهيئة واختصاصاتها والإجراءات المتعلقة بالهيئة ..

لجنة إدارة الهيئة

كما نص النظام على تشكيل لجنة إدارة الهيئة من الرئيس ونائبه ورئيسة من أعضائها لرئاسة إشرافهم على العمل في الهيئة وتب وزير الداخلية في العمل والرقابة وتب وزير الأمن الداخلي في التحقيق والادعاء وإشرافه في التحقيق بالهيئة ..

عضوية الهيئة

يضمن الباب الثاني للنظام على الاستقلال



رئيس بعثة الحج المصرية .. جمال الدين السيد :

تحديد نسب الحجاج قرار صائب الملكة تنفذ مشاريع عملاقة لخدمة ضيوف الرحمن

القاهرة - أحمد ماهر

صدر الرئيس المصري حسني مبارك قراراً بأن يرأس الدكتور مهدي جمال الدين السيد وزير الدولة للتجارة الخارجية بعثة الحج الرسمية المصرية لهذا العام ..

وإن أول تصريح له في ظل طليعة : أن كل مسلم لديه بذله لحسنات يتجدد بان يؤدي هذه الفريضة الفاعلة التي وإن أتت له ذلك في كل عام ولكن كما يقول أه تتركه وتعال ..

مباشرة لا أن يشاء الله والله ملا قلبي السور والاحتياج عندما صدر قرار السيد الرئيس بأن أترأس بعثة الحج الرسمية لهذا العام والتي ستستمر إلى الملكة العربية السعودية يوم السابع من شهر ربيع الأول .. وقال معلقاً أن الخدمات التي تقدمها الملكة العربية السعودية بقيادة خادم الحرمين الملك فهد بن عبدالعزيز لاستقبال أحد أن يتكرمها خاصة أنها تتجدد في ازدياد مطرد في كل عام وخاصة في المجالات الصحية والأمنية والمواساة ..

تحديد عدد الحجاج

وحول قرار بزيادة خارجية الدول الإسلامية تحديد عدد حجاج كل دولة قال معلقاً أنه قرار صائب الملكة عمل الدولة على تطوير وتنمية العمل تقوم بها الملكة العربية السعودية في الحرمين الشريفين ومجالها وقد تمت بقاء العمرة ..

جنرال صهيوني يتحدث عن خسائر العدو في حرب جديدة

عسان - قران سليل عسكري صهيوني كبيره في حالة إطلاق حرب جديدة في المنطقة فإن إسرائيل ستكفي فيها خسائر بشرية كبيرة قدراها بسبعة آلاف قتيل ..

وتلقت صحيفة « هاريت » الصهيونية عن الجنرال أبراهام ريم قوله أن الحرب القادمة ستكون إسرائيل ضطت عدد القتلى في حرب أكتوبر بالاضافة إلى ٢٥ ألف جريح .. وقال السليل الصهيوني الصهيوني وهو عضو في مجلس السلام والأمن الذي يضم أكثر من ثلث ضابط في قوات الاحتلال بينهم ٢٤ جنرالاً محكمة أسقط ضلماً إلى بلل الجيوب في سبل منع وقوع حرب جديدة ..

أحكام عامة

ويتناول الباب الثالث تاديب أعضاء الهيئة وينص على عدم جواز محاكمة الأعضاء إلا وفق شروط وقواعد خاصة حددها النظام في عشر مواد ..

وأشارت المادة الرابعة من النظام على لحكام على ينص أحداً على تربي وزير الداخلية والإشراف على الهيئة ويتخذ الإجراءات والتدابير التي يتبهم إلى الجهات المختصة بما يراه من الإجراءات والمضمرات التي تضمن المستوى اللائق بالتحقيق والادعاء ..

لائحة أعضاء هيئة التحقيق والادعاء العام

وقد تضمنت اللائحة التعيين والترقية والنقل وحددت أوضاع العاملين في الهيئة ورواتبهم ومزاياهم والشروط المطلوبة لكل وظيفة .. بالإضافة إلى تقويم أداء أعضاء الهيئة ..

وقد بدأ تنفيذ النظام واللائحة من تاريخ نشرهما في جريدة أم القرى يوم الخميس الماضي في ١٤/١٠/٨٠ هـ ..

نص النص الكامل للنظام واللائحة

منظمة التحرير تدعو جنرال الإسرائيلي في غزة

تونس - صرح للجنرال الرسمي باسم منظمة التحرير الفلسطينية أحمد عبدالرحمن أمين للجنة في تونس بأن المنظمة تدعو جنرال خطف الإسرائيلي (كريس جوج) في غزة مؤكداً أن المنظمة ليس لها أي علاقة بهذا الفعل الإجرامي ..

وبداً على سؤال سياسي أكد المتحدث الفلسطيني أن المنظمة ليس لها علاقة من قريب ولا من بعيد بهذا الفعل وأنها لا تتدخل في شؤون جنداً لأجرام عن الأمريكي المخطوف وما السبل الفلسطينية للتحقيق في إطلاق سبيله بسرعة .. يستأنف عمل الإسرائيلي في خدمة الاحتلال الفلسطيني ..

ويعا عبدالرحمن العمل الإسرائيلي الذي أنجزه كريس جوج ووصفه بأنه صديق للديمقراطية الفلسطينية التي قدم لتخفيف الرئيس صدام وأمناء السبل الفلسطيني أيضاً إلى أن كريس جوج ألحق ضللاً مشهوداً لا تقاوم إلا الفلسطينيين في القمع الوحشي الذي يمارسه جيش الاحتلال الإسرائيلي في الأراضي المحتلة ..

وأعرب عبدالرحمن أن المنظمة الإسرائيلية برئاسة أسحق رابين مستخدمة عملية القتل هذه كذريعة لشن مزيداً من قوات الاحتلال وتصفين أعمال القمع الإسرائيلي ضد الشعب الفلسطيني وانتفاسته في الأراضي المحتلة ..

مزاوم صهيونية

يؤكد قادة جوشي التلمود قد اعتدت أن مواقف إغاة إسرائيل قد اختلف في قطاع غزة المحتلة إيس الأولى ونزعت في بيان أصدره إيس أن إحتضان لهم صلة بمنظمة التحرير الفلسطينية خلفاً مدير هيئة نقل الاحتلال في غزة في الأراضي العربية المحتلة من مكتب في مدينة غزة ..

وقال القادة أن قوات إسرائيلية بدأت حملة تفشيش بمنظمة إيس زان وزارة الحرب على اتصال شتى من السفارة الأمريكية في تل أبيب وسفارت في التشاير لإسمر أن مكتبة

نقط صهيونية لتركب مجازر في الأراضي المحتلة

عسان - الكالات - أسفرت المواجهات التي تواصلت ليلة أسب بين الفلسطينيين واللصبيين وقرات الاحتلال الصهيوني عن إصابة ٢٩ مواطناً بجروح وكسور ورضوخ وحالات إحتقان وتسمم خلال المصادمات التي شهدتها معظم مدن وقرى ومخيمات الضفة الغربية وإخلاء غزة المحتل ..

وتفيد الأنباء الواردة من الأراضي المحتلة أن القوات الصهيونية كتبت الحواجز العسكرية على مداخل مدينة القدس المحتلة لئلا يصل المسلمون إلى المسجد الأقصى المبارك .. بينما كتبت دورياتها الرأجة والحماية والمخزرة بطائرات مروحية في منطقة القدس ومختلف المناطق في الضفة والقطاع حول أسماجد تحسباً لوقوع مصادمات عقب صلاة الجمعة أس ..

وتواجه قوات الاحتلال قرى الحصار العسكري وحقن التبول على قرية (سلواد) رام الله ومخيم الدهيشة بالقرب من بيت لحم بقرية إريش وإيلة بني نعيم بالخليل ..

اصابة جندي وثلاثة مستوطنين

وقد أصيب جندي صهيوني بجروح في رأسه بعد رشقه بالمخارج في مخيم (الاصري) قضاء رام الله كما أصيب مستوطن بجروح بعد رشق حافلة إسرائيلية في قرية (السموع) بالقدس من الخليل بحجم المظفرين الفلسطينيين تلك حافلة أخرى مما أدى إلى إصابة ثلاثة مستوطنين آخرين ..

خطط إسرائيلية لاذاج جديدة

هذا ومن جهة أخرى نذكر مصادر سياسية من القاهرة أن مصر كانت سارماً في ميكي وواشنطن حول أوروبا الغربية بلإزاء هذه الدول بتقارير دبلوماسية مصرية من خطط إسرائيلية لتتبع مذابح وأسماء في الأراضي العربية المحتلة ..

وقال هذا المصدر في تصريحات صحفية أن الدكتور عصمت

المشروع لايزال قيد الدراسة وعون يرفض إعادة احياء اللجنة الأمنية ويطلب بلجنة لبنانية سورية

بيروت - خاص بـ الدوحة

خلال الزيارة الأخيرة التي قام بها إلى لبنان .. مؤلفا من قبل اللجنة العربية الثلاثية العليا .. نقل الأمين العام المساعد لجامعة الدول العربية الأخضر الإبراهيمي .. إلى القذافي السياسية والدبلوماسية في لبنان .. تعهدات سورية برفع الحصارات البحرية والبحرية ورفع المعابر والمطارات وتفتيش وقف إطلاق النار على كل الأراضي اللبنانية بشكل دائم .. فربط أن يرتبط هذا الموضوع بعودة احياء اللجنة الأمنية اللبنانية ..

لبنانية .. والتي يشترك فيها ممثلون عن الجيش اللبناني والمليشيات الثلاث : حركة أمل .. الحزب التقدمي الاشتراكي .. والقوات اللبنانية ..

ويعتد الأردن أن هذه اللجنة في حال وضعها لن تكون سوى ورقة لاداء صفة لبنانية لصناعة عربية .. للأوراق على صرفه إطلاق النار ومنع وصول السلاح إلى كافة الفقاء .. هذا ما تلته الإبراهيمي

والشروع الذي تته السيد الإبراهيمي يقع في خيس ناطق هي :

- أولاً : إحياء اللجنة الأمنية بعد إضافة ضابط من الجيش اللبناني الذي يقوده اللواء سامي الخضير ..
- ثانياً : إيفاء ميثاق شرف بوقف امداد السلاح إلى الفقاء اللبنانية ..
- ثالثاً : تشكيل فريق مراقبين .. تتبع اللجنة الأمنية .. ولكن من عناصر لبنانية وعربية ..
- وتفويض الإشراف على المراقبة والمراقبة لمنع تهريب السلاح ..
- رابعاً : الإعلان الرسمي والواضح عن الصام ميشال عن بلوافة على مقرات مؤثر اللغة العربية في الدار البيضاء واعتبار هذه المقرات وحدة لاتجرا ..
- خامساً : إعلان الصام ميشال عن الالتزام المسبق بالحوار والتعامل مع الإصلاحات .. ونقل مصادر الصام ميشال عن .. أن رئيس الحكومة العسكرية قبل إقرار النظام والحوار مع الإصلاحات وتبنيها مقررات القمة كما هو وارد في البينين الرابع والخامس .. والمخ إصاكتة درس البينين الثالث المتعلق بتشكيل هيئة مراقبين .. لكنه رفض رفضاً باتاً إعادة تشكيل اللجنة الأمنية وقال أن المليات التي ستضمها هي مشروع تجميع لإسمر حله .. كما أن المشكلة ليست لبنانية - لبنانية .. وإنما هي بين لبنان وسوريا .. وبالتالي .. ينبغي تشكيل لجنة من البينين .. ولأمانة إذا كان مثل الجيش اللبناني فيها ضابط ينفذ قيادة اللواء سامي الخضير ..

موقف الحص :

من جهتها .. كشفت مصادر الرئيس سليم الحص .. أن السيد الأخضر الإبراهيمي يبحث من مخرج لهذه العدة .. وقد يكون بتشكيل لجان فرعية لبنانية - عربية لرافعة أعمال اللجنة العربية .. وتكون هذه اللجان مشبولة مهادنة من أي خلق لوقف إطلاق النار ..

وأكدت مصادر الحص .. أن الإبراهيمي حل معه وعداً من الرئيس السوري حافظ

اتنروا الفرصة للاستفادة في موسم الحج

لمؤسسات الطوافه واصحاب المحلات التجارية والسكنية

البيع الأعلى سعر

ابواب وقواطع المونيوم وزجاج حديد مربع حديد زوايا سكاكين كهرباء وكوابل

ابواب وشبابيك خشب ادوات صحية

للمكانة ٥٥٨٢٦٥٢ للكوة

اخر موعد للمعاملة يوم الثلاثاء ١٤٩/١١/٩٤

شهادتان جديدتان

إلى البين .. أكتبت سكاكين حديدية فلسطينية إلى فلسطينية ..

شهادتان جديدتان .. بعد تولى قيس لخدمة في لخدمة جنود

فلسطينية .. لخدمة حاكم .. صلاحيات عتيقة بين فلسطينيين

للمستوطنين ولوات الاحتلال

ووصفت المصدر نفسه أن البين ملحق بالجنس ٢١ عاماً

أصيب بفضضة في رأسه أثناء عمله في القوق وقوقع إحتفاد قريب

إحتفاد في قرية الخليل علف .. خلافاً للجمعة

وقال وزير خضراء يوسف عزري ٢٠ عاماً قد استشهد قبل

يضع حياطة في قرية قرية في رأسه الله بفضضة فلسطينية ..

شهادتان جديدتان

إلى البين .. أكتبت سكاكين حديدية فلسطينية إلى فلسطينية ..

شهادتان جديدتان .. بعد تولى قيس لخدمة في لخدمة جنود

فلسطينية .. لخدمة حاكم .. صلاحيات عتيقة بين فلسطينيين

للمستوطنين ولوات الاحتلال

ووصفت المصدر نفسه أن البين ملحق بالجنس ٢١ عاماً

أصيب بفضضة في رأسه أثناء عمله في القوق وقوقع إحتفاد قريب

إحتفاد في قرية الخليل علف .. خلافاً للجمعة

وقال وزير خضراء يوسف عزري ٢٠ عاماً قد استشهد قبل

يضع حياطة في قرية قرية في رأسه الله بفضضة فلسطينية ..

شهادتان جديدتان

إلى البين .. أكتبت سكاكين حديدية فلسطينية إلى فلسطينية ..

شهادتان جديدتان .. بعد تولى قيس لخدمة في لخدمة جنود

فلسطينية .. لخدمة حاكم .. صلاحيات عتيقة بين فلسطينيين

للمستوطنين ولوات الاحتلال

ووصفت المصدر نفسه أن البين ملحق بالجنس ٢١ عاماً

أصيب بفضضة في رأسه أثناء عمله في القوق وقوقع إحتفاد قريب

إحتفاد في قرية الخليل علف .. خلافاً للجمعة

وقال وزير خضراء يوسف عزري ٢٠ عاماً قد استشهد قبل

يضع حياطة في قرية قرية في رأسه الله بفضضة فلسطينية ..

شهادتان جديدتان

إلى البين .. أكتبت سكاكين حديدية فلسطينية إلى فلسطينية ..

شهادتان جديدتان .. بعد تولى قيس لخدمة في لخدمة جنود

فلسطينية .. لخدمة حاكم .. صلاحيات عتيقة بين فلسطينيين

للمستوطنين ولوات الاحتلال

ووصفت المصدر نفسه أن البين ملحق بالجنس ٢١ عاماً

أصيب بفضضة في رأسه أثناء عمله في القوق وقوقع إحتفاد قريب

إحتفاد في قرية الخليل علف .. خلافاً للجمعة

وقال وزير خضراء يوسف عزري ٢٠ عاماً قد استشهد قبل

يضع حياطة في قرية قرية في رأسه الله بفضضة فلسطينية ..

شهادتان جديدتان

إلى البين .. أكتبت سكاكين حديدية فلسطينية إلى فلسطينية ..

شهادتان جديدتان .. بعد تولى قيس لخدمة في لخدمة جنود

فلسطينية .. لخدمة حاكم .. صلاحيات عتيقة بين فلسطينيين

للمستوطنين ولوات الاحتلال

ووصفت المصدر نفسه أن البين ملحق بالجنس ٢١ عاماً

أصيب بفضضة في رأسه أثناء عمله في القوق وقوقع إحتفاد قريب

إحتفاد في قرية الخليل علف .. خلافاً للجمعة

وقال وزير خضراء يوسف عزري ٢٠ عاماً قد استشهد قبل

يضع حياطة في قرية قرية في رأسه الله بفضضة فلسطينية ..

شهادتان جديدتان

إلى البين .. أكتبت سكاكين حديدية فلسطينية إلى فلسطينية ..

شهادتان جديدتان .. بعد تولى قيس لخدمة في لخدمة جنود

فلسطينية .. لخدمة حاكم .. صلاحيات عتيقة بين فلسطينيين

للمستوطنين ولوات الاحتلال

ووصفت المصدر نفسه أن البين ملحق بالجنس ٢١ عاماً

أصيب بفضضة في رأسه أثناء عمله في القوق وقوقع إحتفاد قريب

إحتفاد في قرية الخليل علف .. خلافاً للجمعة

وقال وزير خضراء يوسف عزري ٢٠ عاماً قد استشهد قبل

يضع حياطة في قرية قرية في رأسه الله بفضضة فلسطينية ..

هكذا منه لأصل

الطاقة من النبات !!

وجد الدكتور ملقن كلفان وهو استاذ جامعي وخبير مربي في تحويل الزيوت النباتية الى وقود... ان هذا لا يستعمل به من النباتات يحتوي على زيوت يمكن استخدامها وقودا طبيعيا وتحتوي منها متوفر بكميات كبيرة . من هذه النباتات التي اقترحها الدكتور كلفان للاستغلال مستقبلا شجرة تنمو في حوض الامازون في البرازيل . وبالإمكان عزل الزيت من الشجرة كما يزيل المطاط من شجرة . ويمكن الحصول على حوالي خمسة وعشرين لترا من الزيت في اليوم الواحد من ثقب واحد في الشجرة بعد عدة ستة أشهر او أكثر ثم يسحب منه خمسة وعشرين لترا اخرى وهكذا .

ويحتل هذا الزيت -ويطلق عليه اسم زيت كوبيليا -المحصول من عدد من المركبات المخلية . ولكن الميزة الكبرى لهذه الشجرة هي ان زيتها قليل الاستخدام مباشرة في محركات البنزين دون الحاجة الى تصنيع او تقطير .

ومن البديل الاخرى التي تقضي على هذه النكبات كالفان شجرة تنمو في اللابن وتحتل ثمرا غنيا بزيت خفيف ، وعند استخلاصه من الثمر بطريقة التقطير في بخار الماء يتحول الى زيت يمكنه بدلا عن البنزين !

بهراسة «موسم الحصاد»

كنت سعيدا وأنا اتبع -وباهتمام بالغ - اخبار احتفال منطلقا الزراعية بموسم الحصاد... وهل نروع واجمل من هذه الانباء التي تروي قصة القطاع المتواصل الذي تكل بهذه الانتاج الرائعة في مجال توفير الامن الغذائي ، انها قصة الاجيال التي لم تكن تحلم بان هذه الصحراء ستكون مصدرا ثريا للمحاصيل النباتية وايضا دول العالم . هذا الحلم الجميل لم يتحقق الا بفضل من الله تعالى ثم بهذا الدعم الكبير من حكومتنا الرشيدة وعمل راسيا خدام الحرمين الشريفين الذي يرضى ويتبع كل ما يعود بالفخر على هذا الوطن المنعم .

د. الغريبي

اضافة تربية

يجب على المعلمين في المدرسة الابتدائية ان يتخذوا من الواكف والقرص التعليمية في المدرسة متلفا خصبيا في تكوين المفاهيم الاسلامية والاخلاق القويمة في نفوس الناشئة الصغار . وتوعدهم قبل الخروج واجتباب الشر . وان عليهم في سبيل تحقيق ذلك عدم الاعتدال فقط على اسلوب التقين وانما العمل على تطبيق نموذج القوة الحسنة ، فمن مع ابن خلدون حين قال : ان خير وسيلة للتربية الخلقية هي القوة الحسنة ، فان الطفل يتأخذون بالتقليد والحكمة اكثر مما يتأخذون بالنصائح والارشاد .

د. تروبي



عمدة حي الشاطيء طلعت غيث

أنا عمدة بالوراثة .. !

ثروتي الحقيقية حب الناس

أنا عمدة بالوراثة

جده - بل بكر تركستاني يساهم الشباب اليوم في الكثير من الاعمال التي تخدم الوطن والمواطن وعمدة حي الشاطيء طلعت غيث هو اصغر العمدة في مدينة جدة فهو العمدة الشاب الذي اخذ العمودية عن ابيه واجداده .

الندوة خلوت العمدة طلعت غيث فكان هذا الحوار :

■ ماذا عن حياتكم الدراسية ؟
□ بدأت دراستي في مدارس الفلاح حيث التحقت بالمرحلة الابتدائية ثم المتوسطة ثم الثانوية ثم التحقت بعدها بجامعة الملك عبدالعزيز بجهة قسم ادارة عامه حيث حصلت على البكالوريوس هذا ما وصلت اليه في دراستي العلمية والتطلع لتكملة مشوارتي وتحصيل العلم للحصول على دبلوم علم الاجتياح لكي يوافق ويغطي كمسدة لمي الشباطه التي اقوم بها .

■ في الواقع والدي كان عمدة لمحة الشاطيء من قبل وجدي الشيخ طه غيث ايضا كان عمدة لمحة البدوية والشيخ سليمان غيث كان ايضا عمدة لمحة البين منذ عهد قديم وجدي لوالدي الشيخ صالح عمدة لمحة البدوية من عهد قديم جدا .

■ كيف حصلت على العمودية رغم صغر سنك ؟
□ أنا عمدة معين رسمي عن طريق انتخاب من من شريطة جده بناء على امر سمو سيدي صاحب السمو الملكي امير منطقة مكة المكرمة بعد ان اجتمع اهال لمحة والورا بماوافقكي كي اكون عمدة بدلا عن والدي الذي كان عمدة وكبر في السن .

■ ماذا عن اهل رمضان في حياة عمدة حي الشاطيء ؟
□ في الواقع عهد الطفرة هو العهد الذي يظل في الذاكرة وان يسي انكر في عام ١٣٧٧ هـ كان تاريخ شامدت فيه رمضان بقرانه وكان مشاهدته هي جميل فمحة البين هي من اقدم واعقب الاحياء في مدينة جده وابائي واجدائي واعمامي الى عبد الصمد هم العمدة الذين كانوا فيها .

■ في تلك الحارة حارة البين فقسما اجل الايام سواء في عهد الصبا والى عهد قريب كانوا اهال الاحياء يترافون فيما بينهم ودية ايام زمان كانت مكونة من حلة البين والشام ومظلمه والآن بفضل من الله ونعمته واهتمام المسؤولين اتسعت مدينة جده وانتشر العمران وقد هابت الدولة كل الامكانات حيث هابت الارض ومنعت القرى من هنا هنا بدا الترحيل من داخل الاحياء واصبحت مدينة جده كما ترى .

■ ونحن الآن نعيش عصر العلم والتكنولوجيا ورغم ذلك توجد بعض العادات والتقاليد التي كانت تنامي في الماضي - وان كان هناك شيء كثير انشأ واتذكر الكثير من الاماكن القديمة الكيت والطره واحة الديلب .. الديلب واحة الكرم والكرم والقرية والابل والآن لا يوجد الا شيء بسيط وان كانت جمعية الثقافة والفنون في الواقع يحاولون بكل ما يمكن من جهد بالحفاظ على هذا التراث .

■ فلما هناك تراث موروث والنمذ ش كلفناه البنيادي والصبيه بونعيا المصري والمماني والمزارع الشعبي .

■ والآن في وقتنا هذا استطيع ان اقول ان هناك اشياء قد اندثرت ولا اعرف مامر السبب .

■ ولكنك ادع ابنائك ماسا ان يأخذوا عنا هذا التراث ليبقى على مر التاريخ والزمن ليشكلوا ايضا ويظل عامر في هذا البلد المعطاء .

■ طوبك اين وصل ومذا حلق ؟
□ في الواقع لم اصل الى ما لمص اليه حتى الآن وان كانت طموحاتي الى اعلى كل ما استطيع من جهد وكل طرفة من دمي لهذا الوطن الذي نشأت وترعرعت فيه وبين تراه .

■ الحزن مامو موره في حياته ؟
□ حزن مرتين في المرة الاولى لفصية كبيرة في نسي وبزمت لرافة عمدة البين الراحل

بعد القلوب
هنا يزرعون
الذاكرة ؟
بقلم / د.
محمد عبدالله الريح

هل يصبح بالإمكان زراعة الذاكرة ؟ هل يتحقق حلم الإنسان في تجديد خلاياه ذكوره الخربة - ذكريات الطفولة والشباب وخريف العمر ؟ هل يمكن عزائها واحتفاظها بها في انابيب وفي شكل ارقام ؟ هل انتهى عهد الذاكرة بالنسبة للدارسين ؟ وبدا عهد تناول ارقام الجغرافيا والرياضيات والعلوم ام ان الموضوع كله خدعه علماء ؟

كانت هناك محاولات كثيرة لرقق حالات التصنع التي تحدث في ذاكرتنا . وكان العارفون يوصون تلاميذهم بشركيب شامعات على جدران الذاكرة وذلك لربط الاديان ببعضها لتسهيل حفظ قواعد النحو والبلاغة .

صاغ العالم ابن مالك الفقه الشهيرة شعرا حتى يسهل تحفيها على الذاكرة وكى تذكر تلك الشهور الاثني عشر من السنة التي تنتهي في ثلاثين يوما كل التجميع كالآتي : ثلاثون يوما في سبتمبر وأبريل ويونيو ونوفمبر . ولم تفلح شامعات الذاكرة في احداث الكثير من صور الحياة المحفزة ولا تمنع احداث العصر المتسارعة بسرعة الصاروخ . فاختارنا التوتة التي نؤمن عليها الاحداث التي نمر بنا في الوجدان التي نتفكرنا وعندما لم يفلح كل هذا اتينا بسكرتير أو سكرتيرة لتبنيها الى تلك المواقف الموهنة على التوتة مامنا .

وانتج البحت عن طريقة اخرى لشحن الذاكرة وتقويتها الى مراه جيدة واحد المراه تقسمت بها الكيمياء الحيوية وعلم دراسة الجينات ففي الاجتماع العلمي الذي عقد بمدينة انلانتيك في ابريل من عام ١٩٧٣ فجر البروفسور جورج اونغار فلسفته والتي اشار فيها الى انه قد اكتشف مجموعات من خلايا الذاكرة في حيوانات المعمل - وان تلك الخلايا والجزيئات مرتبة بطريقة فريدة تتيج لها ان تشكل على حسب المعلومات المخزنة فيها وانه بالإمكان نقل معلومات معينة وسلوك معين من حيوان الى اخر وذلك بخلاف الحيوان بخلايا الذاكرة المستخلصة من مخ حيوان اخر وهذه اول اشارة بالفعل الى نقل الذاكرة وزراعتها .

والبروفسور اونغار يعمل استادا لعلم العقاقير بكنية بيل الطبية بجامعة دوسونر بالولايات المتحدة الامريكية .

وه بدأ البروفسور اونغار بعزل خلايا الذاكرة في الفئران التي تعرضت لزعاج مستمر من صوت اجراس كانت تفرح في المعمل وبعد مدة تعوتت تلك الفئران على اصوات الاجراس فاصبحت لاتفرح عند سماعها . وعندما تم عزل تلك الخلايا فحقت فئران جديدة لم تتعرض للاجراس المزجة من قبل ووجد انها لم تفرح لسماع اصوات الاجراس وكان هذا دليلا على تلك الخلايا التي حقت بها كانت تحتوي على معلومات تقول ان تلك الاجراس ليست مزجة ولهذا يجب الا تنهيه لها الفئران وهذا يعني ان تلك المعلومات مخزنة بشكل فلام بذاته ويمكن نقلها من فئران الى اخرى .

وبالنسبة للعلماء فان هذه النظرية مثيرة للفضول تحف بوقوتها وبين لمعبرها عن حقيقة تركيب ووظيفة الجهاز العصبي في الحيوانات - فمعروف حقا ان الجهاز العصبي يتكون من خلايا عصبية في تلك الخلايا تحرك بمناطق الانشطة العصبية - وهذه النقاط كانت تعتبر مخزن للذاكرة - حيث يمكن ايداع المعلومات وحفظها وعندما خيال - فهناك عشرة بليون خلية تعمل داخل المخ البشري وتشترك هذه الخلايا وتتعلق مع اللى مؤلفة من الخلايا الاخرى . والى فهم الطريقة التي تعمل بها هذه الخلايا في استلام المعلومات وفحصها وتجميعها وتربطها ثم خزن ما يراى خزنته منها واساطط بعضها في سلة مهملات النسيان فان العلماء يشبهون المخ البشري بمكتبة ضخمة لم يخترعها الانسان للآن . ويعمل بدرجة مذهلة من التقدير . ويقول العلماء ان اية معلومات جديدة تدخل في هذا الكمبيوتر او السوبر كمبيوتر تؤدي الى خلق حلقة جديدة من الذاكرة العصبية تكون مسؤولة عن خزنها .

عيب منه ان تقدي جارك في كل شيء تقديا اسمى دون تفكير وتروي ومراعاة لطروف كل بيت واختلافاته . فما ان تشاهد جارك قد اختلفت شيئا جديدا حتى تفرح وتفرح ان زوجك وتكلم عليه بان يشترى لك ثيابا .

تسد عين الشمس . انه لا تحب ولا تملك ان تحب في لاجلة مقلها هذا ما تقاينه عدة لزوجك حوسلة للضغط عليه حتى يتفاد لك عليه وانت تدرك انه لا علاقة له بشيء جارك فكلب فزوجك ولييك .

وما يحدث في اللاجلة يحدث في الكناج والفسقان والموبيليا . وتلكا يصل الامر الى انواع الطعام والقرآن .

لم يحدث مرة الله عفتك زوجك انه لم يشترى اللحم من الجزا اللاني الذي يشترى منه زوج جارك - الشاطيء - والذي يبيع لحما اجمل والذ وطعم الف مرة من اللحم الذي يشترىه زوجك - رغم انه لم تتدو ليحمه جارك وزوجها الطيف .

لم تمرى زوجك في احد الايام بان الشاطيء جسدك عليه ويعطى له فكة غير جيدة . وان الزوج الشاطيء لاه يشترى لجارك فكة افضل من - الحافة .

كلت مزجة حتى لكها انواع اللحوم والطيور والسبب هو انه شامدني - الخروف - يدخل شبة جارك .

حتى في الخدم تزين انه لا يصح ان يكون لجارك خدمتان ترحلهما طوال النهار وانت ليس ليه الا خدمة واحدة .

الفرى ان زوج جارك الشاطيء هذا افر ذات يوم ان يترك زوجته او يتزوج عليها لما الذي تستلبيه حبتك من زوجك ؟

عزيزتي فانة

تلك لاجلة سيجلب عليك المتاعب فهو ضغط على زوجك ماميا ومعنويا . وسؤدى الى احتدام ثقتك في مدى كفايتك الذاتية في وزن الامور وتحديد الاختناجات الحقيقية للبيت .

حسن محمود



نافذة للرأى

نظرت ذات يوم من نافذة أبحث لنسى عن مذهب . فقد اصابني السأم بضيق في المكان على اشاعه . وقت لنسى : ماثمة هذه الحياة المتقلبة التي لا امان لها .. تجمع حولنا الاحباب والخلاف .. ثم فجاء تفرهم عا شى تفرق بيقتره في قلبنا المسرة والام .

فلماذا افس ؟ وبمى البقاء ؟ ولذا بي البحر حاملة بيشام . تحمل في متاعها قشة - ونمى مشية غريبة - وقت اكلها . فاققت على حقيقة اغلاني سال عنها وقت في نسي .

حتى الصلابة ذات الساقى المرحاء اخذت تجمع العبدان الصغيرة دون ان تمر هذا السام - يالا ؟ - ناليتها : يا حاملة .. لن هذا المرح الصفر ؟

قلت : لنش الصفر .. للحمام الصفر .

قلت : تعال .. اقترى يا حاملة .. منا قشة تنظرك .. احلبها بطيرى .. ولكن انت مرحاء .. وتسين على قدم واحدة فلم تجمعين الفش لنش ؟

لماذا تتكلم ذك ؟

قلت الخملة : الفش لنش .. والحن للسلطان .. الضفاد للحياه والطيران .. صفارى لهذه السماء السبية ومهيل لهذه النفس الصافية وهذا النهار الرايق .

قلت : تقا . يا حاملة سمعة ما شئت .

هل لرايم حاملة مرحاء لكها سعيدة ؟

انا رايم .. كونوا سعداء مثلى .. مهما تلبت بكم الحياة لا تلقوا المسخرة .

مهما شامت بكم السبل لا تترفوا عن المعطاء .

بقلم القوسى

في كتاب

القاهرة - صدر في القاهرة مؤرخا كتب جديد عن الشعر والشعراء للشاعر المصري الراحل فحى سعيد ونصن تقريبا شاملا لتتاج عدد من الشعراء المعاصرين الذين عاشوا في مصر .

ومن الشعراء الذين خصهم المؤلف بقدر التقدير في كتابه الصادر عن الهيئة العامة للتعليم العالي للثقافة بجمهورية القوسى ومصطفى صديق الرفاعي والمكتوب رضى مبارك وعبد الحميد الديب وغيرهم .

وه وصف المؤلف الشاعر بيم القوسى بالبلقي الضلع وخصص جزءا ماما من الكتاب لعدد عيانت من اشعاره ولزجائه .

مهرجان المسرح التجريبي

القاهرة - يلق في القاهرة خلال شهر سبتمبر القادم مهرجان المسرح التجريبي . وسيتم خلال المهرجان تكريم عدد من رواد المسرح التجريبي في العالم .

تشترك في المهرجان امريكا وايطاليا والصين والمكنا الشرقية والنمسا وهولندا بالإضافة الى الدول العربية .



بهر الذراجات الهندى

في العاصمة الهندية نيودلهي تم تخصيص ارض فضاء واسعة لوضع الذراجات ذات العجلات الثلاثة والتي يستخدمها الهنود في النقل .

الاف الذراجات التي في هذا المكان حتى بدا انه بحر غاصيها . بينما بقيت الاف الامم التي كانت تعيش على الدخول لتتفرق من العمل عليها . فمالة عن العمل اما سبب انهم كل هذه الذراجات في هذا المكان فهو ان لافرة النقل في الهندية قد صغرنا لانا بدون رخصة وتسيب لاختناقات المرور في كل المدينة . بلغ عدد الذراجات التي تم تصديرها ١٣٠٠ دراجة .

لغة العواطف

يقول لحد الفلاسفة : يوجد في بعض الحيوانات لغة حقيقية للتعبير عن العواطف . وهي مجموع الاطوار والافعال التي يجب على الشخص ان يقوم بها . فعل الانسان ان يظهر عواطفه للآخرين بصورة معينة مربية . وعليه ان يظهرها لنفسه وتعبير عنها للآخرين وفي سبيل الآخرين . فتلهم الحزن واظهار الام ليست ايدا فيسيولوجية او فسيكية بل هي في الوقت نفسه الفاة او قواعد لغة مؤلفة .

كنوز الجنة

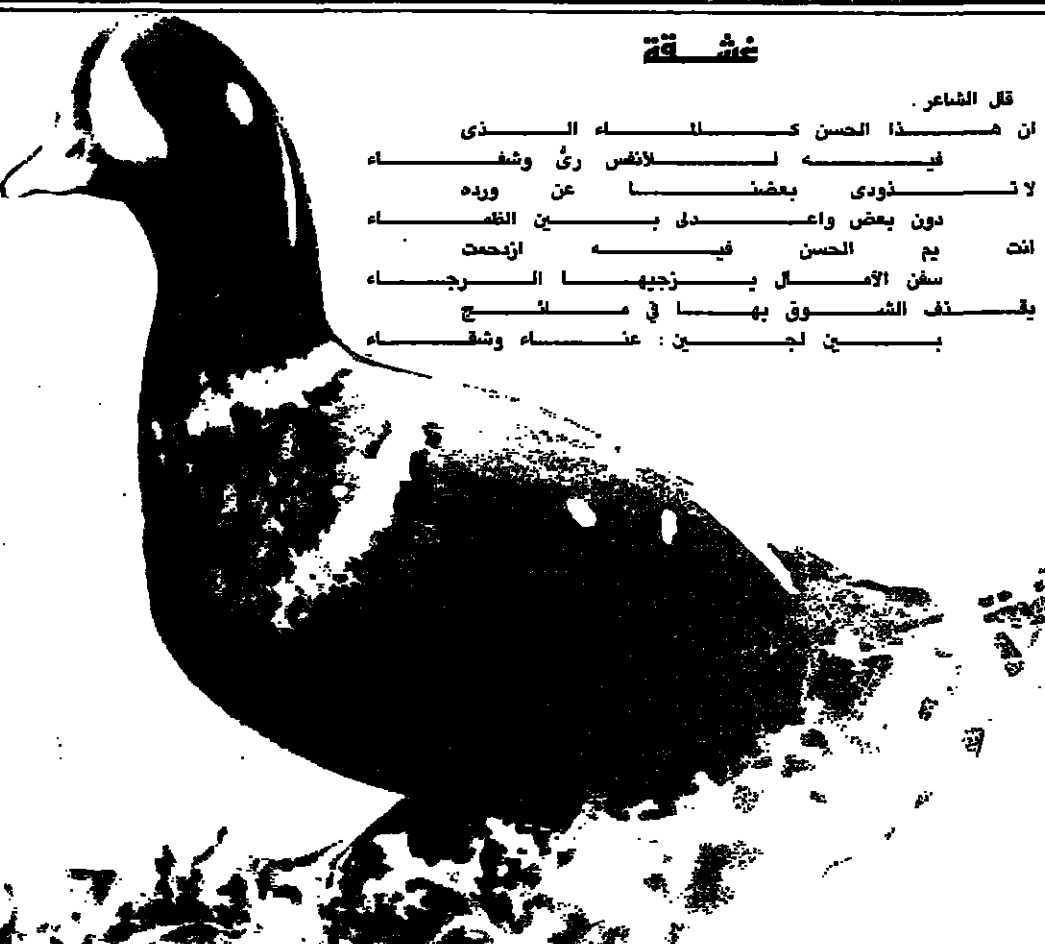
قال ابو موسى الاشعري رضي الله عنه قال في لثني : لا املك على كنز من كنوز الجنة ؟ قلت بل يارسول الله قل : قل لا حول ولا قوة الا بالله .

شقة

قال الشاعر : واني لامواها واموى لقاها كما يشتهي الصلدى القربا للبروا علاقة حب لسج في سنن الصبا فابسل ومايسراده الا تجسدا

ابتسامه

جلس الشاعران الزهاوى والرمضان ، باكلان ثريدا فوقه دجاجة محمرة . وبعد قليل مالت الدجاجة ناحية الزهاوى فقال : - تعرف اهلنا فتقدم . - مفر على الرضا : - شكر البش تحت قدمي .



غشقة

قل الشاعر : ان هبنا الصن لاللاء الذي لا تزدوى بعضنا عن وده دون بعض واعبد بدو بين الضم انت يم الحسن فيبه انجعت سفن الاممال يزرجهما الرجاء يلفف الشقوق بهما في ملاج بسين لجنين : عنسام وش

واختت بسلام !!

● هنري ديبس . طيار مدني يبلغ السادسة والاربعين من عمره ووجد الريح تشجبه من باب الطائفة الخلفي بعد لقلع معبودة من الاقلاع . ولم يكن بمفطورة الا ان يتسك بما يقع تحت يديه حيث بقي معلقا في الكبوس ه دقية . في حين كان مساعده الطيار جوشيه . يحاول الهبوط بهوء بطائفة ذات المحركين ونست العملية بسلام .

■ في حديث شامل للنودة... د. نصيف :

لا ضرورة لتغيير مسمى المجلس التأسيسي للرابطة هيئة الأغلبية الإسلامية تصدى لعمليات التنصير مشروع سنابل الخير يستثمر ٧٠ مليون ريال لصالح أعمال الخير

تطوير الهيكل التنظيمي لرابطة يرفع من مستوى أدائها



● الرابطة تؤدي رسائلها في حدود الصلاحيات المتاحة



استطاعت رابطة العالم الإسلامي أن تمتد بنشاطاتها التي تهدف إلى خدمة الإسلام والمسلمين حتى شملت ختمها كافة أرجاء الكرة الأرضية.. وذلك من خلال ما تقدمه من دعم ملو ومعنوي للأقليات الإسلامية في البلدان غير المسلمة بالإضافة إلى المساعدات التي تنقلها هيئة الإغاثة الإسلامية التابعة للرابطة إلى فقراء المسلمين في كل مكان لتمكينهم من التصدي لعمليات التنصير التي تسعى لزعة عقيدتهم الإسلامية.

وعن كل ما يتعلق برابطة العالم الإسلامي وأجهزتها المختلفة جرى هذا الحوار مع معالي الأمين العام للرابطة الدكتور عبدالله عمر نصيف حيث جاءت أجابته معليه شاملة وصرحة كعادة معاليه دائماً.

الجلس التأسيسي

● معالي الأمين العام للجلس التأسيسي للرابطة بدأ منذ أكثر من عشرين عاماً وما زال يحمل نفس المسمى.. فلماذا لم يتغير مسماه إلى مسمى آخر حتى اليوم؟

■ اعتقد أن هذه عادة موجودة في جميع أنحاء العالم فلا يوجد داع لتغيير مسمى المجلس إلى مسمى آخر لأن فكرة مسماه المجلس التأسيسي تحفظ له مكانته رغم تغير الأشخاص، ورغم مرور الزمن، فهذا مجرد مسمى اعتقد أن الهدف منه هو إعطاء الانطباع بأن هذا المجلس مازال يحمل نفس فكر وأهداف المؤسسين له في أن هذه الرابطة أنشئت من أجل خدمة المسلمين والعمل على حل مشاكلهم وتضليلهم بكل ما يهجم ما يحتاجون إليه من مشورة أو مساعدة.

فلا اعتقد أن هناك ضرورة لتغيير المسمى، وكما قلت سابقاً أن هذا العرف متبع في كثير من المنظمات العالمية.

السلطات لم تتغير

● هل هذه السلطات المجلس خلال هذه الفترة؟
■ لم تتغير سلطات المجلس التأسيسي عن السابق، فالنظام الأساسي لم يتغير كثيراً وهو نفس الفكر الأساسي فهو مجلس الهدف منه هو الإشراف والمتابعة لأعمال الرابطة وإخوان المسلمين وإتخاذ الحلول لمشاكلهم وتكوين هيكل الرابطة والإمامة العامة لها.

هيئة الإغاثة الإسلامية

● نريد أن نستفسر عن هيئة الإغاثة الإسلامية، أهدافها وأعمالها؟
■ هيئة الإغاثة الإسلامية أنشئت منذ عشرين سنة أو أكثر بهدف تقديم الخدمات الإنسانية المحتاجين في جميع أنحاء العالم الذين يعانون من الكوارث الطبيعية أو الحروب أو البعثات التي تطرأ

حوار علاء الدين محضر تصوير: علي العنهمي

عادة بين الناس، أو الذين انتابت مجتمعاتهم جوانح الفقر والحاجة والعوز.

هؤلاء الناس لا يجدون من يساعدهم ويكفروا في الماضي يستسلمون لعمليات التنصير المختلفة والبعثات والهيئات الخيرية الخارجية التي كانت تأتي إلى هذه المجتمعات لتحقيق أهدافها الخاصة.

لكن لا بد من إتقانهم من لخطر الفكر والتفكير عن الدين بإنشاء هذه الهيئة، فهذه الهيئة تقدم المساعدات في مجال الصحة والرعاية الاجتماعية للإيتام والمسنين وإقامة الملاهي والمستشفيات وإقامة النشاطات الاجتماعية التي تخدم هؤلاء الناس وتعينهم على قضاء حاجاتهم.

وفي نفس الوقت التصدي لكل الكوارث التي تحدث من حرائق وجيوب وزيلا وفيضانات وغير ذلك والمبادرة إلى مساعدة المحتاجين والمتضررين في مثل هذه الظروف وهي هيئة لها الآن مجلس وإمامة مشرف عام هو الدكتور فريد قرشي وجهز الاستشاري يجمع الأموال ويستثمرها في المشاريع الفيدة لكي يكون لها دخل ثابت في المستقبل بإذن الله.

التبرعات مصدر التمويل

● وماهي مصادر تمويل الخدمات التي تقدمها هيئة الإغاثة الإسلامية؟
■ من التبرعات التي تأتي إلى الهيئة من المحسنين ورجال الخير بالإضافة إلى أنها تحصل على دعم مالي كبير من ميزانية الرابطة وتأتي أغلب التبرعات من الأفراد من الداخل والخارج ولا تشارك الدول في هذه التبرعات وهناك مشروع سنابل الخير الذي استطاع

أن يستقطب من ستين إلى سبعين مليون ريال من المحسنين وهي تستمر ونظراً ليقف منه على أعمال الخير، ولهيئة لجنة خاصة لدراسة المشاريع وأحوال المسلمين ووضع خطة سنوية لتنفيذ هذه المشاريع.

التنسيق قائم بين جميع المنظمات الإسلامية استقرار الأوضاع في باكستان يساهم في حل قضية البهاريين

إن المجتمع الفقهي مجمع تخصصي يضم بعض العلماء والفقه الذين يشارون دراسة المسائل والقضايا التي تطرح للاستفتاء أو الاستشارة أو البحث العلمي لبعض القضايا التي تستجد في علنا فيضعون فيها الرأي الفقهي المناسب الذي يتم إقراره أما بالإجماع أو بالأغلبية فيخرج كفتوى شرعية. أما المجلس الأعلى العالي المساجد فهو مجلس عالي منه مثل مجلس الرابطة يضم خيرة العلماء والمفكرين والأئمة من جميع أنحاء العالم والذين يدرسون



● فريد قرشي

ويناقشون ويعلقون قضايا إحياء رسالة السجدة أو إبقاء رسالة المسجد ومنتجة إعمار بيوت الله ليس فقط من الناحية المادية ولكن إعمارها بتوعية المصلين ونوعية الأئمة وإقامة دورات تدريبية لهم وغير ذلك أما منظمة المؤتمر الإسلامي فهو مؤتمر تابع للحكومات فهو على المستوى الشعبي له الحرية في إتخاذ القرار والنقاش وليس لأحد أن يمارس من خلاله أية ضغوط ولا يمثل وجهة نظر أحد فهو جهة حيادية تماماً وهو مجلس شعبي قديم، وكثير من الحكومات تحتاج إلى فتاوى، هذه المنظمة حيث هناك الكثير من



● معالي الدكتور نصيف يتحدث للمحضر

التنسيق قائم بين جميع المنظمات الإسلامية استقرار الأوضاع في باكستان يساهم في حل قضية البهاريين

المشاكل التي تطرأ بالنسبة للحكومات وأجهزتها ومؤسساتها ومثل هذه القضايا تطرح على المنظمة وأحياناً تكون الإراء متشابهة. ويحدث تنسيق بين هذه المجالس حتى لا تتكرر الفتوى والتنسيق حاصل بوجود أعضاء مشتركين وبوجود الأمن العام للمجمع الفقهي التابع لمنظمة المؤتمر الإسلامي في مجمع الرابطة وغالباً الإراء لا تختلف إذا اختلفت فاتها تختلف في الفروع البسيطة جداً وهذا من عظمة هذا الدين الحنيف.

القرارات دون الطموحات ● معالي الأمين العام الدعوة الإسلامية في الخارج مازالت تحتاج إلى الكثير من الدعم نظراً للحركة التنصيرية النشطة، فما الخطوات التي اتخذتها الرابطة في هذا الأمر؟
■ من المشاهد والملاحظ أن المسلمين مازالت تترعاتهم دون الطموحات وإنفاقهم في مجال الدعوة لا يزال محدوداً للغاية بينما أعداء الإسلام والنظم الأخرى غير الإسلامية تجدها تتلقى تبرعات ودعماً منقطع النظير من الحكومات غير الإسلامية ومن عامة الناس حتى من طلاب المدارس والأطفال..

فلابد للمسلمين أن يدركوا أن هذه الدعوة مسؤولية كبيرة أمام الله سبحانه وتعالى، وينبغي المسلمة فيها بالفكر والمال والوقت وتوفير الامكانيات التي تتيح الفرصة لهذه الدعوة ونشر الإسلام في ربوع العالم وهو واجب أساسي على كل مسلم.

مواجهة أساليب التنصير ● للحركة التنصيرية أساليب كثيرة في نشر المسيحية، ويعلم معاليكم أن معونتهم تقدم على هيئة مؤسسات صحية وتعليمية وبذلك يستطيعون أن يؤثروا بقوة وبسرعة في نفوس الناس، فكيف يمكن مواجهة هذه الأساليب؟
■ إن أغلب معوناتنا تكون على هيئة مشاريع.. فإن نسبة ٩٠٪ من إنفاق هيئة الإغاثة وإنفاق الرابطة يكون على هيئة مشاريع مثل المدارس والمستشفيات ودور الأيتام والمسنين والاستوصفات الطبية والمسلمون تعلموا الآن ألا يقدموا صدقات أو إحسان بل لابد من إقامة مشاريع مفيدة

اللعب بعواطف الناس ليس من سياسة الرابطة

علاقات ثنائية وعلاقات جماعية مع المنظمات الإسلامية والشعبية والرسمية حتى تتضافر الجهود لتقديم أفضل الخدمات للمسلمين ومراعاة عدم وجود تضارب أو إزدواجية في العمل بقدر الإمكان. ● هناك من يقول بأن الرابطة لم تتخذ ما يجب أخذه بالنسبة للقضيته، سليمان رشدي ورشد خليفة، فما تعليق معاليكم؟
■ الإجراء الذي اتخذته الرابطة هو الإجراء الذي تتبعه ضد أي مشروع أو كتاب أو أي مهرج يسيء إلى الإسلام، فنبتت إليه المسلمين ونشرت عنه في وسائل الإعلام والبلت الحكومات حول هذا الأمر ونهت إلى ضرورة مقاطعة الشركة التي قامت بنشر الكتاب متحذية مشاعر المسلمين.

لكن وسائل الإعلام لم تلق أي اهتمام نحو هذا الموضوع في حين أن وسائل الإعلام الغربية تطبل وتزمر لهذا الكتاب واللعب بعواطف الناس ليس من مهمة الرابطة ولا من سياستها وما يصدر في وسائل الإعلام الغربية حينما تريد أن تمنع ضجة فهم يرضخون الأمور ويعطونها أكثر من حجة بكثير والرابطة تقوم برسالتها في تربية الناس وتنبيه الحكومات بدون ضجة أو إفتعال أو مظاهر جوفاء فارغة.

التعاون رسالة ● ما مدى تعاون الرابطة مع المنظمات الإسلامية الأخرى؟
■ طبعاً التعاون الذي تسمى الرابطة لتحقيقه هو جزء أساسي من رسالتها حيث يجب إيجاد

المجتمعات التي تحتاج إلى مساعدة قضية البهاريين

● إلى أين وصلت قضية البهاريين اليوم؟
■ نحن الآن ننتظر موافقة الحكومة الباكستانية على اجتماع هيئة مجلس الوقف الخاص بالبهاريين حتى يبدأ جمع التبرعات ولكن كما تعلم أن التغيرات الأخيرة التي طرأت على الحكومة الباكستانية والأوضاع الرسمية في باكستان جعلت هذا الموضوع يتعثر في كثير من المرات، لكنني اعتقد إن استقرار الأوضاع حالياً في باكستان سوف يكون له مردود جيد حيث يبدأ العمل بإذن الله لإيجاد الحلول المناسبة لهذه المشكلة.

وفقاً للامكانيات المتاحة

● ألا ترون أن دور الرابطة مازال غير متجسّس مع الأعمال المتعلقة عليها من أبناء العالم الإسلامي ككل؟
■ في ضوء الإمكانيات والميزانيات المتاحة لا اعتقد أن الرابطة قد قامت بالواجب المنوط بها ولكن إذا تمكنا من استقطاب أموال المسلمين وجهودهم سوف يكون هناك تحسن كبير بإذن الله في أنشطة الرابطة فليحس كل إنسان مسلم أن أمامه مسؤولية كبيرة على عاتقه تقتضي منه أن يخصص قدراً من ماله أو فكره أو مجهوده لخدمة الإسلام.

فالفريرين يضعون صناديق للأعمال الخيرية في بيوتهم وفي محالهم، وبذلك استطاعوا أن

التسويق السريع

قريباً افتتاح مركز

مكة المكرمة - المأبدة - مدخل ربيع ذاخر

كل ما يلزم الأسرة بأسعار لا تقارن!

- لحوم ودواجن
- خضراوات وفواكه
- معلبات وعصيرات
- عطور وأدوات تجميل
- ملابس وأحذية وشنط
- منظفات وأواني منزلية
- تحف وهدايا
- مكسرات وتوابل
- أدوات كهربائية
- لعب أطفال
- شراشف
- حلويات شرقية

- مخبز يوفر كافة متطلباتكم في الحال

مركز التسويق السريع

مكة المكرمة - المأبدة - ربيع ذاخر - ت: ٥٧٤٠٧١

إعلان سفر موظفين

شركة رشون الشرق الأوسط للخدمات

تعلن عن سفر موظفيها التالية أسماؤهم:

الاسم	الجنسية
١. ت. كارسون	أمريكي
٢. ج. ليونس	أمريكي
٣. س. هاميل	أمريكي
٤. ك. ركسزوت	أمريكي
٥. ر. برونوفوست	أمريكي
٦. ب. كاسالينا	أمريكي
٧. د. سميت	بريطاني
٨. ت. ساكو	أمريكي

ويرجى من له حق أو مطالبة مراجعة الشركة خلال أسبوعين، ويجدها لأقبل أي مراجعة.

ولاخلاء المسؤولية جري النشر.

إعلان بيع منزل

يوجد منزل ببيع ذاخر امام عمارة الزاوي سابقاً على الشارع العام درجة ثانية يتكون هذا المنزل من شقتين بالحدود الأولى - والحدود الثانية شقة أمامها سطح مساحته ٢٢٠ متر مربع وبه فناء مزروع مزود بالماء والكهرباء والمخاف وكل شقة بها ٢ غرف - ٢ متوسطة الحجم وخي كبيرة مع وجود صالة بكل شقة وجماين ومطبخ

سدد من قرصه ٧ أقساط

من له رغبة في الشراء يكون البيع نقداً أو على أقساط صندوق التهيئة العقارية - حسب الاتفاق

الرجاء الاتصال بالمتران التالي:

ربيع ذاخر - هاتف ٥٧٣٣٤٢٧

من الساعة ٨ إلى ٥ عصراً

وهاتف ٥٧٤٤٨٣

من الساعة ٥ مساءً إلى ٧ مساءً

التذكرة بـ ٣٠ جنيه

منذ ثلاثة ايام نقلت تذاكر مباراة المملكة واسكتلندا على نهائى كأس العالم وذلك للاستفادة منها في السوق السوداء حيث يتوقع ان يرتفع سعر التذكرة للدرجة الاولى الى ٣٠ جنيه استرليني .

[illegible]

الاحمد في مجمع تاج
عبد بن عبد المحسن

خالد

● فریق اسکولنگدا

التي حصلت على انجازات خلال
مباريات البطولة .

الصناعية و يتعلق عليها المعلق محمد
للأمن

أما وقد تحلق هذا الهدف فليس مطلوب من اللاعبين سوى تقديم عرض مشرف يلي

الصناعية و يتعلق عليها المعلق محمد
للأمن

[illegible]

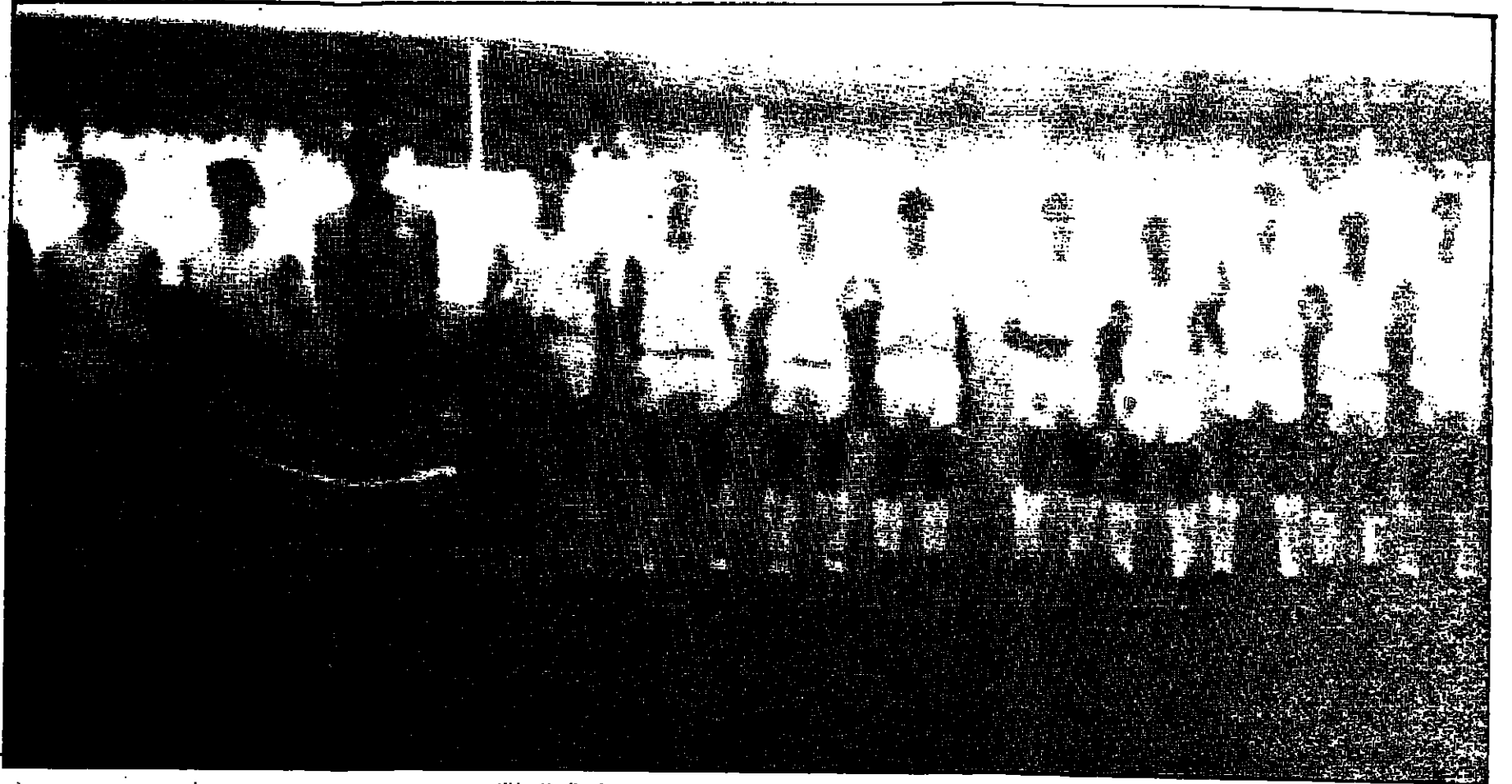
الضوء الفني على نتائجهما .

نورانیہ، جوش ملیح خان لبریری، لاہور۔

the 1990s, the number of people in the world who are under 15 years of age is expected to increase from 1.1 billion to 1.5 billion. The number of people aged 65 and over is expected to increase from 250 million to 450 million. The number of people aged 15 and over is expected to increase from 3.5 billion to 4.5 billion. The number of people aged 15 and over is expected to increase from 3.5 billion to 4.5 billion. The number of people aged 15 and over is expected to increase from 3.5 billion to 4.5 billion.



• عتبات النور وكلمة الجرح



• النور الخضر يحملون علم المملكة خلال عزف السلام الملكي

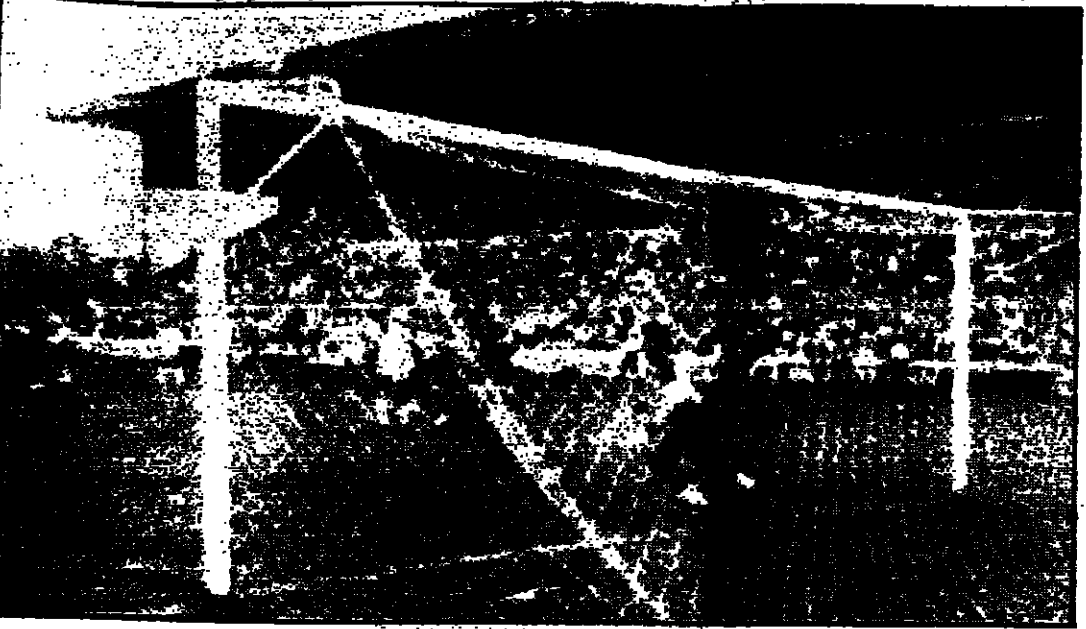
ملحمة الأبداع السعودية تضمخ جبين التاريخ بالبهاء

أكد النور الخضر حضورهم المدهش على خارطة الكرة العالمية وذلك من خلال عروضه ونتائجه المذهلة التي عكست أرقى مستوى وصلت إليه الكرة العربية في تاريخها وذلك خلال فعاليات كأس العالم للناشئين والتي احتضنتها اسكتلندا .

واللغات التالية تحكي وقائع من الملحمة التاريخية العالمية .



• البحرينيون ماقصروا رغم الخسارة



• كرة الرشويدي كانت تعلق شباك البحرين في اللقاء الخامس



• الجولف ألقى منتخبنا خلال مباراة البحرين



• الهدف العالي للروبيعي أفضى حارس البحرين



• التلفزيون الاسكتلندي أجبره التفوق السعودي على متابعته



• الإبط في لحظات الفرح القصوى

إعلانات فردية

● تعلن إدارة الأحوال المدنية بمكة المكرمة انه تقدم لها ورقة سعيد بن حسين بن عمر الحامل لحقيقة النور رقم ٢٤٢٦٧ وتاريخ ١٣٧٩/٥/٢٢ هـ سجل مئة الكرمه بطبق اشعة الفلبيير بحقيقة نوره المظهر اليها مستقيلا سعيد بن حسين بن عمر البديري فمن له معارضة على هذا فعليه مراجعة هذه الإدارة خلال شهرين من تاريخه وبعد انتهاء مدة سوف ينتهي موضوعه وفقا للتعليمات والله يحفظكم

● تعلن إدارة الأحوال المدنية في مكة المكرمة ان المواطن سعيد سعيد ميرك البديري الجليلي مقيما في دارة حليقة نوره رقم ٨٨٤١٩ وتاريخ ١٣٧٩/٥/٢٢ هـ سجل مئة الكرمه قد فقد منه يرجى من يعثر عليه ان يسلمه لإدارة الأحوال المدنية في مكة المكرمة او أقرب إدارة أحوال مدنية لان حيازة هذه الحليقة او إخفائها او العبث بموئلتها او استعمالها من قبل غير صاحبيها يعد مخالفة يعاقب عليها القانون

● تعلن المحكمة الشرعية الكبرى بمكة المكرمة للعموم ان مرقلة بنت سلطان بن بخت اللهبي تقدم اليها بطبق حجة استخدام لطلال الحوش ورضا ويناء الشعله على مسكن سلفية بمتاعها الشرعية المكتبة بدهاء من حياء الى اجدد شرفا المسكة النافذة وبها الدال غريبا ملك سعيد بن سلمى بن سلم الحري وتمام السكة النافذة وبها الباب الفاصلة بين هذا الحدود وملك محمد عبيد الله الشخان شمالا الأرض البيضاء الكتلة منه يمينا السكة النافذة الفاصلة بين الحدود وملك محمد عليل ات الظاهري

● أعلن من له معارضة يقدم الى المحكمة في مدة شهر من تاريخه واذا مضى الشهر ولم يعارض احد في ذلك يجري الملام نحو طلبه ولاعلان للعموم حور

إعلانات فردية

● تعلن المحكمة الشرعية بالمعاليق بأنه تقدم اليها المواطن / خليلي سعيد الغدادي طابا حجة استخدام على أرض زراعية الواقعة في جرب بلطيف والآنك اليه بطريق الاحياء الشرعي والمحتوى على الشجار ونخيل وخشروات وحجوها كما يلي :
من الشمال أرض فضاء الشراع النفاذ يليه ملك للمني بطول ١٢٠ م ومن الجنوب سبل الوادي بطول ١٢٠ م ومن الغرب سبل سعيد وأخواته بطول ٤٠٠ م ومن الشرق محمد راجح عمر بطول ٤٠٠ م وتصحيح المساحة الاجمالية ٤٨٠٠٠ م^٢ كما وانه لا يمر بهذا الخط عام ولا حرمة ولا ترابي خلاف ما ذكر فمن كان له معارضة فيلتقدم الى هذه المحكمة خلال شهر من تاريخ نشره

● تعلن المحكمة الشرعية بالمعاليق بأنه تقدم اليها المواطن / خليلي سعيد الغدادي طابا حجة استخدام على أرض زراعية الواقعة في جرب بلطيف والآنك اليه بطريق الاحياء الشرعي والمحتوى على الشجار ونخيل وخشروات وحجوها كما يلي :
من الشمال أرض فضاء الشراع النفاذ يليه ملك للمني بطول ١٢٠ م ومن الجنوب سبل الوادي بطول ١٢٠ م ومن الغرب سبل سعيد وأخواته بطول ٤٠٠ م وتصحيح المساحة الاجمالية ٤٨٠٠٠ م^٢ كما وانه لا يمر بهذا الخط عام ولا حرمة ولا ترابي خلاف ما ذكر فمن كان له معارضة فيلتقدم الى هذه المحكمة خلال شهر من تاريخ نشره

إعلانات فردية

● تعلن محكمة الشئون الصحية بالمحالف من رغبها في طرح المناقصة رقم (٣) تميم شغل ملاس الارض للجهات التابعة لها وحده قبة شراء شقة الشروط والمواصفات مبلغ قبة (٥٠٠ ريال) خمسة ريال وآخر موعد تقديم المقاطعات الساعة التاسعة صباحا في يوم الاثنين الموافق ١٤٠٩/١٢/٢٨ هـ وموعد فتح المقاريف الساعة العاشرة صباحا من نفس اليوم

● تعلن محكمة الشئون الصحية بالمحالف من رغبها في طرح المناقصة رقم (٣) تميم شغل ملاس الارض للجهات التابعة لها وحده قبة شراء شقة الشروط والمواصفات مبلغ قبة (٥٠٠ ريال) خمسة ريال وآخر موعد تقديم المقاطعات الساعة التاسعة صباحا في يوم الاثنين الموافق ١٤٠٩/١٢/٢٨ هـ وموعد فتح المقاريف الساعة العاشرة صباحا من نفس اليوم

إعلانات حكومية

● تعلن رئاسة الحرس الوطني بالرياض عن طرح المناقصة الثانية في مناقسة عمدة بمصنوعات الحرس الوطني بجنوب مكة ثلاث سنوات

١ - قبة المناقصة : مناقسة وصيانة وصيانة بئر ومضخة معالجة المياه ومضخاتها بمصنوعات الحرس الوطني بجنوب مكة ثلاث سنوات

٢ - قبة المناقصة : مناقسة وصيانة وصيانة بئر ومضخة معالجة المياه ومضخاتها بمصنوعات الحرس الوطني بجنوب مكة ثلاث سنوات

٣ - قبة المناقصة : مناقسة وصيانة وصيانة بئر ومضخة معالجة المياه ومضخاتها بمصنوعات الحرس الوطني بجنوب مكة ثلاث سنوات

٤ - قبة المناقصة : مناقسة وصيانة وصيانة بئر ومضخة معالجة المياه ومضخاتها بمصنوعات الحرس الوطني بجنوب مكة ثلاث سنوات

٥ - قبة المناقصة : مناقسة وصيانة وصيانة بئر ومضخة معالجة المياه ومضخاتها بمصنوعات الحرس الوطني بجنوب مكة ثلاث سنوات

٦ - قبة المناقصة : مناقسة وصيانة وصيانة بئر ومضخة معالجة المياه ومضخاتها بمصنوعات الحرس الوطني بجنوب مكة ثلاث سنوات

٧ - قبة المناقصة : مناقسة وصيانة وصيانة بئر ومضخة معالجة المياه ومضخاتها بمصنوعات الحرس الوطني بجنوب مكة ثلاث سنوات

٨ - قبة المناقصة : مناقسة وصيانة وصيانة بئر ومضخة معالجة المياه ومضخاتها بمصنوعات الحرس الوطني بجنوب مكة ثلاث سنوات

٩ - قبة المناقصة : مناقسة وصيانة وصيانة بئر ومضخة معالجة المياه ومضخاتها بمصنوعات الحرس الوطني بجنوب مكة ثلاث سنوات

١٠ - قبة المناقصة : مناقسة وصيانة وصيانة بئر ومضخة معالجة المياه ومضخاتها بمصنوعات الحرس الوطني بجنوب مكة ثلاث سنوات



التفزيون الاسكتلندي يعرض لقبسات اهداف النصور



اسكتلندي - ورس
يدير التلفزيون الاسكتلندي من يوم الثلاثاء المقبل عرضاً للقبعات المذهلة التي سجلها اللاعبون في دوري الاسكتلندي الممتاز. وتحتوي هذه البثوث على أفضل الأهداف التي سجلها اللاعبون في الدوري الاسكتلندي الممتاز. وتحتوي هذه البثوث على أفضل الأهداف التي سجلها اللاعبون في الدوري الاسكتلندي الممتاز. وتحتوي هذه البثوث على أفضل الأهداف التي سجلها اللاعبون في الدوري الاسكتلندي الممتاز.

من جهة أخرى بثت القناة الاسكتلندية الصادرة أسبباً بالمتى المرمى الذي يتجه به اللاعبون في دوري الاسكتلندي الممتاز. وتحتوي هذه البثوث على أفضل الأهداف التي سجلها اللاعبون في الدوري الاسكتلندي الممتاز. وتحتوي هذه البثوث على أفضل الأهداف التي سجلها اللاعبون في الدوري الاسكتلندي الممتاز.



المصريون يستعدون للقاء الحاسم

القاهرة / مكتب الشوكة
غادرت القاهرة بعثة منتخب مصر لكرة القدم الى مونروافيا عاصمة ليبيريا استعداداً للقاء الفريقين العالم في تصفيات كأس العالم يوم غد الاحد وهي مباراة هامة حيث ان فريق ليبيريا هو المنافس الاول للفريق المصري للعب الدور الثاني للتصفيات حيث ان رصيد منتخب مصر ربع نقاط ومنتخب ليبيريا ٣ نقاط.



يؤسس البعثة الدكتور أحمد سيف وتضم محمود الجوهري مديراً فنياً وسعيد عدل إدارياً وحازم كرم مديراً والطبيب أحمد ماجد طبيباً ومحمود حمدي للعلاج الطبيعي واللاعيون - أحمد شويخ - وخالد مصطفى - وايمان طاهر - وابراهيم حسن - وصابر عيد - واحمد رمزي - ويسر فاروق - وهاني رمزي - وفشام يكن - وديع ياسين - ومجدي عيد الغنى - واحمد الكاف - وفشام عيد الرسول - وخالد عيد - وحسام حسن - وجلال عيد الحميد - وديدرجب - وايمان شوقي - واشرف قاسم - ومحمد عبد الجليل.

سافر مع البعثة قنصل حكومة ليبيريا بالقاهرة وذلك لتسهيل اجراءات دخول البعثة واقامتها هناك.



الخطأ

رئيس الحوراء يقول :

الكلمة من... كلمة هبة وهبي ميزان حاسبها مدير المكتب رياض قديم ولد خسرته

● وصل الصفحة تعقيب من الأستاذ محمود رئيس نادي الحوراء تعقيباً على ما نشره بالندوة حول ملاكته نائب رئيس الخالد في عدد سابق هذا نصه .

مترابطين ، ثم من اين جاء بتخليق المباراة التي وضع التصوير الصحيح والصالح المبني على الشاهدة لا القيل القائل اذا لم يحضر المباراة اصلاً وكونه يقبل اسألاً مدير المكتب عن نصاب البطولة فيها كيرة في حق القائل والقول له مدير المكتب الرياضي من الرجل الاول ونالوه يملكون في الرئاسة العامة في اقسام مختلفة ويعرفون عنه عالم تعرفه . مع معرفتنا بهدوء واتزان وحزم وهذا مالا يري بعض الاندية . وهنا يجب ان يسأل الحكم اذا كان وقع عليهم شطط على نظر الجميع لايصلحون ان يكونوا حكاماً فمن شره اليوم سيعبرنا غداً واذا كان مجرد حارس فالحكم لهم كرامتهم رغم انني اعترف بان لهم الاعظام مثلاً فمن اعضاء مجالس الادارات لنا اخلاقاً ايضاً ولكن يجب ان يكون بيننا العادل ليعود التكامل وتم الافة والمصافوف كل اعتبارات فحين اخرج الكلمة الطيبة والبعد عن التعجب تحت اسم الصحافة ، وتترك الصبر الذي تنمي بالجرارة . فالكلمة مصونة وهي ميزان صاحبها والسلام .



● محمود عزازي
رئيس مجلس إدارة
نادي الحوراء الرياضي

قرأت حديث نائب رئيس النادي الخالد المنشور في الصفحة الرياضية في العدد ٩٢٣٩ بتاريخ ١٨/١٠/١٤٠٩ هـ وأعجبت لجرارته ولكن اسف لبعض النقاط التي وردت في حديثه ، وإضافة متى وبقاها عما يسر نادي الحوراء أقول : بأن مدير المكتب الرياضي قديم وله خبره وممارسته الرياضية يمكنه التحدث عنه الذي لا يعرفه الا أعضاء فقط . أما كون خوله من عربة الرياضة في توك الى الراء فهذا قول مخالف فيه عفا على الجهود التي بذلت في السنوات الاخيرة ومنها صعود فريق النادي الوطني الصديق للدرجة الاولى والاول جازماً بانه مكان ليعمل هذا ليعمل على البطولة فعلياً ان تظهر الصفات وإن وجدت بعض السبلات فهذا شيء لا يخلو منه أي جهاز ولا يجوز ان يوقعه على سجلات الصحف وحتى لاتشاكيب وتشتب الامور وتصبح الوسيلة غاية كما تحدث الاخ من احتكارية واحدة . بينما كان الخالد سابقاً يعتبر النادي المثال في جميع النواحي .

ورغم انه البطل الحقيقي ، فاجابه ان البطل الحقيقي فعلاً قد انتزع منه الهبات الجماعية وأعطى على البطولة في الكرة الطائرة بجميع درجاتها وكرة القدم بجميع درجاتها وحتى الدرجات فقد مثلت على مستوى المنطقة ومناطق الملكة وجاء النادي ضمن الاول . والفعل القوي حصل للنادي على كل اشغال المنطقة والمركز الثاني للدرجة الاولى بينما لم يحقق البطل الحقيقي حتى المستوى .

والبطل الحقيقي سجل حضوره في افتتاح كأس العالم للشباب وعشرين فرداً بين لاعب وعضو .

البطل الحقيقي انتزع كل اللجة الثقافية على مستوى المنطقة وسيمثل على مستوى الملكة . وعندما تحدث عن العلاقة مع جميع الاندية من ناحية فان هذه العلاقة ومشي تكن وبماي متساوية على الاقل لنادي حصل على بطولة المنطقة الا لنادي له مبروك . في الوقت الذي تلقينا ثمارها جميع اندية المنطقة برقياً ، ليس هذا ماكانت تتروعه .

واختلط صاحب البطولة الشائنة لماذا اقتضت منه ثلاث نقاط نظيفة في لعبتين منها نقطة ثالثة وهي ارشده . وما هو علم البطولة الذي يعنيه ولم تتروعه ؟؟ اليس علم البطولة بان نادي الحوراء لم يتلق اي هزيمة ، والنادي الوحيد الذي اذق صاحب البطولة الشائنة طعم الهزيمة ، ثم اسأل كيف تمضي بطولة من نادي انهي مبارياته وجلس في المدرجات على امل هزيمة النادي الآخر او تعادله اين هذا الحاصل عندما كان الدوري على اشد وجه اعتباره عدم انتظار نتيجة التغيير . هذا واذا اسلمنا بان الصقور تواطأ مع الحوراء وحسب قوله لاتستطيع ان تراه الهبة فلماذا حدث هذا الشط ؟؟ ولماذا لم تقدم له الهبة ؟؟ فلماذا كانت المسألة ديبلوماسية لا لم يعمل بها لتتبادل كفة الميزان ؟؟ ايذوق طعم مباريات الباحة وطعم التمتع في مصيف الجنوب ويسجل سبلاً في نادي الحوراء في الوصول لدورة الصعود ولكن لم يحصل لنادي الصقور انه سجل هدفين في الوقت الذي كان يستطيع ان يغطي حمولة سبلاً على المباراة . ولكن مايتضمن به نادي الحوراء من عدم پاس

اهل تخر يفوز ببطولة الدوري

كتب - عياد الخلال
استطاع وبيداره وبعد تقاسم شريف ومروفرق اهل تخر بواسطة لاعبيه المتكئين في لعبة كرة السلة ان يفوز ببطولة دوري السلة موسم ٨٨/٨٩ والتي كان منها اهل سناء قاب قوسين او ادنى فمبروك لجمهور اهل تخر بطولة السلة ومبروك ايضاً لاهل سناء المركز الثاني ولقب وصيف بلال الدوري .

رحت بي الإدارة الوحداوية .. والمدرّب رفضني !! لست نادماً على ترك الوحدة .. والاتفاق فريقي القادم

كاتب / عياد القرشي
بعد ان شغله نادي الشباب لصالح نادي الوحدة في نهاية الموسم ما قبل الماضي .. شارك اللاعب محمد هاشم بقله في بعض مباريات الفريق الوحداوي في الموسم الماضي . وقد قدم مستوى طيباً عفاً على انقطاعه لموسمين متتاليين عندما كان لاعباً شابياً . ولم تستغفد ظروف فريق الوحدة التي واجهها في الموسم بالتصريح ان يظهر بالمستوى الذي كان يملكه .

وكان حرصاً على تقديم كل ما فيه في الموسم القادم . بعد ان تمتعت بالظروف واستقبلت كثير من امير الفريق الفنية والادارية . وعند بداية التدريبات التي بذلت قبل بدء اسابيع . جاء متمسكاً بالانضباط في التدريبات وشرح لادارة النادي جميع الظروف التي منعت من الانضمام في التدريبات التي سجلت منافسات كاشي كاشي الخرمين القريتين . فكان القول على حد قوله وكان

التدريب به من قبل مجلس الادارة . ثم اتجه لمدرّب الفريق الكابتن ميمي عبدالحميد يستأذنه في الانضمام لمرحلة في التدريبات فواجهه الرفض من قبل المدرّب وحول هذا الموضوع وملاساته تحدث اللاعب محمد بقله للصفحة قائلا : جئت بطوعي واختياري للمشاركة مع زملائي لاعبي الوحدة وسجلت في كشوريات النادي وبعثت عدد من جيارات الموسم المنصرم وكنت أكثر

تشهد بذلك . ورغم انني لم اقم جميع مالي جميعي للظروف السيئة التي مر بها الفريق الا انني بذلت ما في وسعي لخدمة التيمم الذي ارتكبه والحمد لله انتهي الموسم وانتهت فصول مسرحية الاخفاقات وسلم الفريق من شر الهبوط الى دوري اللؤلؤ . وفي بداية التدريبات الحالية قدمت الى النادي ورحبت بي الادارة العزيزة بعد ان تقهت ظروف تاملأ . ثم ذهبت بعد ذلك بحقيقة ملاسي الى التدريب ثم فوجئت برفض مدير الفريق الكابتن ميمي عبدالحميد امام زملائي وجمهور الحضور وحز ذلك في نفسي كثيراً بعد ان فهمت منه انه لا يريد لاعبين كبار في السن رغم ان تشكيلة الفريق تجم لاعبين في سن ١٠ المهم والان وبعد ان استأذنت عودتي تاملأ .. سألته لفريق الاتفاق بعد اتفاق تم بيني وبين الكابتن خليل الزياتي وزميل اللاعب الكبير صالح خليفة وفرصتي كبيرة لتمثيل فارس الدهناء خاصة بعد إيقاف الكابتن عيسى خليفة .

ايضا هناك عرضاً تقبّيته من نادي القادسية بواسطة اللاعب ودي مبارك وانا الان محتار في الاختيار وفي الايام القادمة نستنتج الرؤيا حول النادي الذي سألته الموسم القادم .

وسي ان اوفق في تقديم كل مالى وسأنتب لمدرّب الفريق الوحداوي الكابتن ميمي عبدالحميد بانني مازلت قادراً على العطاء .

وانا في الحقيقة لست نادماً على الابتعاد عن الوحدة .. ففي كل تزيديني شهرة وإن تقبّيتني معنواً ومادياً ولكنني نادم على فراق جماهير الوحدة الوفية فهي من الحب جامعي الملكة ولكن لها كل الخصال والتقدير .

مكتب الطائف في ورطه

برغم نجاح دورة المصيف في السنوات الماضية التي تقام بمدينة الطائف على كأس الامير فيصل بن فهد الرئيس العام لرعاية الشباب فقد ارسل مكتب رعاية الشباب الى جميع الاندية التي ترغب المشاركة في دورة المصيف لحضور مندوبيها الى مكتب رعاية الشباب بالطائف والفضل ارسلت بعض الاندية مندوبيها واعتذر البعض ولكن يرغم فلة الحضور فقد عذر اجتماع لنادية التي حضرت ولكن لاسل لم يصل موافقة اهل نادي من الاندية التي حضرت سواء الاتحاد والرائد والبقية اه اعلم علما ان جميع الاندية لديها قاعة تامة بل دورة المصيف قد استفاد منها لهنالك الكثير من اللاعبين الذين بذوا فيها ثم ماذا ستصبح تلك الاندية التي اقامت لها مسكراً خارجياً سيكتفوا الكثر .. ولماذا لا تحاول تلك الاندية من الاستفادة من دورة مثل دورة المصيف التي تقام على مدينة متكاملة من ملاعب وسكن وخلافه لقد جعلت تلك الاندية التي حضر مندوبيها الى الطائف ان يقع مكتب رعاية الشباب في الطائف في ورطة .

عبدالله القليوبي

مفاهيم رياضية

مع البروتين مرة اخرى

الباحثون في علم التغذية حريصون كل الحرص على تقديم افضل المعلومات في تغذية الرياضيين ، حتى يشكروا في تقديم افضل مستوى من الاداء الحركي . وذلك طريق توفير التغذية والغذاء المناسب ، والذي يتناسب مع طبيعة اللاعب واللياقة . فيد حجب طولة بين الجهاز الفني والجهاز الاداري ، والمدرّب واللاعب عن الغذاء المناسب الذي يخدم اللاعب في امداده بالطاقة اللازمة ويساهم في رفع مستوى اداءه ، قام فريق من العلماء باجراء دراسات عديدة على مجموعة من اللاعبين في الداب مختلفة .

الدرب كان ولازال البعض يمارس السطوة في الفرض على اللاعب وجبات غذائية دسمة تحتوي على نسبة كبيرة من الدهون . ونسب متوسطة من البروتينات ، واقل نسبة من الكربوهيدرات والسكريات . .. اللاعبين في معظم الاحوال يهملون عن تناولها اعتقاداً منهم بانها تعمل على اعادة ادمه وتترك اوقاف وبالتالي يشعر بفقدان نسبة كبيرة من الطاقة قبل انتهاء المنافسة او الفترة التدريبية .

الباحث الدكتور وليام اينان الذي راس الفريق العلمي ، والمشارف على ادارة الفرق الرياضية بجامعة تكساس الحكومية ، اذاد بان معظم المدربين واللاعبين توجد لديهم عقيدة بانهم لا يستطيعون البروتين كمصدر للطاقة اثناء النشاط الحركي . وبالتالي يميلون على استعمال نسب صغيرة منه ويستخدمونها حتى اعمالهم . .. وفي معظم الحالات نجد التركيز يكون على الكربوهيدرات والدهون كمصدر اساسي للطاقة التي تزود عضلاتهم المتعبة اثناء النشاط الحركي .

الدراسات افادت بان الشخص الرياضي يستهلك ما مجموعه ٧٠٪ من البروتين في مجموع السموات الحرارية خلال النشاط البدني . هذه النسبة ربما تظهر منخفضة حينما تقارن بالنسب الاخرى من الكربوهيدرات والدهون . اجريت التجربة على مجموعة من الرياضيين قاموا بركي الدراجة الثابتة لمدة ساعتين متتاليتين وبمقاومة منخفضة . بعد المساعدة من الجهد المتواصل اخذت عينة من الدم لتحديد نسبة استهلاك البروتين وحينما عولجت النسبة عملياً وجد انها تصل الى ٩٠٪ من النسبة التي اوصت بها الحكومة الامريكية لوماتها في تناولها بروتيناً ، والمتعلقة في شكل احماض امينية . كمضيق اللوسين ، والذي يعتبر احد المصادر الرئيسية في بناء بروتين العضلات والتوفر عن طريق التغذية السليمة .

توصيات البحث افادت بان الشخص الرياضي الذي سلاتزم بتناول نسبة البروتين المنخفضة والتي اوصت بها الحكومة الامريكية لرعاياها سوف يكون عده نقص بروتين وبالتالي يبدأ جسمه باستهلاك بروتين العضلات والذي هو من امدد العلة اليه . .. وذلك لان استعمال بروتين العضلات سوف يفقد اللاعب نسبة كبيرة من قوة العضلات المتعبة وهكذا يحدث التعب المبكر اسرع مما هو متوقع .

اهل تخر يفوز ببطولة الدوري

كتب - عياد الخلال
استطاع وبيداره وبعد تقاسم شريف ومروفرق اهل تخر بواسطة لاعبيه المتكئين في لعبة كرة السلة ان يفوز ببطولة دوري السلة موسم ٨٨/٨٩ والتي كان منها اهل سناء قاب قوسين او ادنى فمبروك لجمهور اهل تخر بطولة السلة ومبروك ايضاً لاهل سناء المركز الثاني ولقب وصيف بلال الدوري .

الباحثون في علم التغذية حريصون كل الحرص على تقديم افضل المعلومات في تغذية الرياضيين ، حتى يشكروا في تقديم افضل مستوى من الاداء الحركي . وذلك طريق توفير التغذية والغذاء المناسب ، والذي يتناسب مع طبيعة اللاعب واللياقة . فيد حجب طولة بين الجهاز الفني والجهاز الاداري ، والمدرّب واللاعب عن الغذاء المناسب الذي يخدم اللاعب في امداده بالطاقة اللازمة ويساهم في رفع مستوى اداءه ، قام فريق من العلماء باجراء دراسات عديدة على مجموعة من اللاعبين في الداب مختلفة .

الدرب كان ولازال البعض يمارس السطوة في الفرض على اللاعب وجبات غذائية دسمة تحتوي على نسبة كبيرة من الدهون . ونسب متوسطة من البروتينات ، واقل نسبة من الكربوهيدرات والسكريات . .. اللاعبين في معظم الاحوال يهملون عن تناولها اعتقاداً منهم بانها تعمل على اعادة ادمه وتترك اوقاف وبالتالي يشعر بفقدان نسبة كبيرة من الطاقة قبل انتهاء المنافسة او الفترة التدريبية .

الباحث الدكتور وليام اينان الذي راس الفريق العلمي ، والمشارف على ادارة الفرق الرياضية بجامعة تكساس الحكومية ، اذاد بان معظم المدربين واللاعبين توجد لديهم عقيدة بانهم لا يستطيعون البروتين كمصدر للطاقة اثناء النشاط الحركي . وبالتالي يميلون على استعمال نسب صغيرة منه ويستخدمونها حتى اعمالهم . .. وفي معظم الحالات نجد التركيز يكون على الكربوهيدرات والدهون كمصدر اساسي للطاقة التي تزود عضلاتهم المتعبة اثناء النشاط الحركي .

الدراسات افادت بان الشخص الرياضي يستهلك ما مجموعه ٧٠٪ من البروتين في مجموع السموات الحرارية خلال النشاط البدني . هذه النسبة ربما تظهر منخفضة حينما تقارن بالنسب الاخرى من الكربوهيدرات والدهون . اجريت التجربة على مجموعة من الرياضيين قاموا بركي الدراجة الثابتة لمدة ساعتين متتاليتين وبمقاومة منخفضة . بعد المساعدة من الجهد المتواصل اخذت عينة من الدم لتحديد نسبة استهلاك البروتين وحينما عولجت النسبة عملياً وجد انها تصل الى ٩٠٪ من النسبة التي اوصت بها الحكومة الامريكية لوماتها في تناولها بروتيناً ، والمتعلقة في شكل احماض امينية . كمضيق اللوسين ، والذي يعتبر احد المصادر الرئيسية في بناء بروتين العضلات والتوفر عن طريق التغذية السليمة .

توصيات البحث افادت بان الشخص الرياضي الذي سلاتزم بتناول نسبة البروتين المنخفضة والتي اوصت بها الحكومة الامريكية لرعاياها سوف يكون عده نقص بروتين وبالتالي يبدأ جسمه باستهلاك بروتين العضلات والذي هو من امدد العلة اليه . .. وذلك لان استعمال بروتين العضلات سوف يفقد اللاعب نسبة كبيرة من قوة العضلات المتعبة وهكذا يحدث التعب المبكر اسرع مما هو متوقع .

الباحثون في علم التغذية حريصون كل الحرص على تقديم افضل المعلومات في تغذية الرياضيين ، حتى يشكروا في تقديم افضل مستوى من الاداء الحركي . وذلك طريق توفير التغذية والغذاء المناسب ، والذي يتناسب مع طبيعة اللاعب واللياقة . فيد حجب طولة بين الجهاز الفني والجهاز الاداري ، والمدرّب واللاعب عن الغذاء المناسب الذي يخدم اللاعب في امداده بالطاقة اللازمة ويساهم في رفع مستوى اداءه ، قام فريق من العلماء باجراء دراسات عديدة على مجموعة من اللاعبين في الداب مختلفة .

الدرب كان ولازال البعض يمارس السطوة في الفرض على اللاعب وجبات غذائية دسمة تحتوي على نسبة كبيرة من الدهون . ونسب متوسطة من البروتينات ، واقل نسبة من الكربوهيدرات والسكريات . .. اللاعبين في معظم الاحوال يهملون عن تناولها اعتقاداً منهم بانها تعمل على اعادة ادمه وتترك اوقاف وبالتالي يشعر بفقدان نسبة كبيرة من الطاقة قبل انتهاء المنافسة او الفترة التدريبية .

الباحث الدكتور وليام اينان الذي راس الفريق العلمي ، والمشارف على ادارة الفرق الرياضية بجامعة تكساس الحكومية ، اذاد بان معظم المدربين واللاعبين توجد لديهم عقيدة بانهم لا يستطيعون البروتين كمصدر للطاقة اثناء النشاط الحركي . وبالتالي يميلون على استعمال نسب صغيرة منه ويستخدمونها حتى اعمالهم . .. وفي معظم الحالات نجد التركيز يكون على الكربوهيدرات والدهون كمصدر اساسي للطاقة التي تزود عضلاتهم المتعبة اثناء النشاط الحركي .

الدراسات افادت بان الشخص الرياضي يستهلك ما مجموعه ٧٠٪ من البروتين في مجموع السموات الحرارية خلال النشاط البدني . هذه النسبة ربما تظهر منخفضة حينما تقارن بالنسب الاخرى من الكربوهيدرات والدهون . اجريت التجربة على مجموعة من الرياضيين قاموا بركي الدراجة الثابتة لمدة ساعتين متتاليتين وبمقاومة منخفضة . بعد المساعدة من الجهد المتواصل اخذت عينة من الدم لتحديد نسبة استهلاك البروتين وحينما عولجت النسبة عملياً وجد انها تصل الى ٩٠٪ من النسبة التي اوصت بها الحكومة الامريكية لوماتها في تناولها بروتيناً ، والمتعلقة في شكل احماض امينية . كمضيق اللوسين ، والذي يعتبر احد المصادر الرئيسية في بناء بروتين العضلات والتوفر عن طريق التغذية السليمة .

توصيات البحث افادت بان الشخص الرياضي الذي سلاتزم بتناول نسبة البروتين المنخفضة والتي اوصت بها الحكومة الامريكية لرعاياها سوف يكون عده نقص بروتين وبالتالي يبدأ جسمه باستهلاك بروتين العضلات والذي هو من امدد العلة اليه . .. وذلك لان استعمال بروتين العضلات سوف يفقد اللاعب نسبة كبيرة من قوة العضلات المتعبة وهكذا يحدث التعب المبكر اسرع مما هو متوقع .

الباحثون في علم التغذية حريصون كل الحرص على تقديم افضل المعلومات في تغذية الرياضيين ، حتى يشكروا في تقديم افضل مستوى من الاداء الحركي . وذلك طريق توفير التغذية والغذاء المناسب ، والذي يتناسب مع طبيعة اللاعب واللياقة . فيد حجب طولة بين الجهاز الفني والجهاز الاداري ، والمدرّب واللاعب عن الغذاء المناسب الذي يخدم اللاعب في امداده بالطاقة اللازمة ويساهم في رفع مستوى اداءه ، قام فريق من العلماء باجراء دراسات عديدة على مجموعة من اللاعبين في الداب مختلفة .

الدرب كان ولازال البعض يمارس السطوة في الفرض على اللاعب وجبات غذائية دسمة تحتوي على نسبة كبيرة من الدهون . ونسب متوسطة من البروتينات ، واقل نسبة من الكربوهيدرات والسكريات . .. اللاعبين في معظم الاحوال يهملون عن تناولها اعتقاداً منهم بانها تعمل على اعادة ادمه وتترك اوقاف وبالتالي يشعر بفقدان نسبة كبيرة من الطاقة قبل انتهاء المنافسة او الفترة التدريبية .

الباحث الدكتور وليام اينان الذي راس الفريق العلمي ، والمشارف على ادارة الفرق الرياضية بجامعة تكساس الحكومية ، اذاد بان معظم المدربين واللاعبين توجد لديهم عقيدة بانهم لا يستطيعون البروتين كمصدر للطاقة اثناء النشاط الحركي . وبالتالي يميلون على استعمال نسب صغيرة منه ويستخدمونها حتى اعمالهم . .. وفي معظم الحالات نجد التركيز يكون على الكربوهيدرات والدهون كمصدر اساسي للطاقة التي تزود عضلاتهم المتعبة اثناء النشاط الحركي .

الدراسات افادت بان الشخص الرياضي يستهلك ما مجموعه ٧٠٪ من البروتين في مجموع السموات الحرارية خلال النشاط البدني . هذه النسبة ربما تظهر منخفضة حينما تقارن بالنسب الاخرى من الكربوهيدرات والدهون . اجريت التجربة على مجموعة من الرياضيين قاموا بركي الدراجة الثابتة لمدة ساعتين متتاليتين وبمقاومة منخفضة . بعد المساعدة من الجهد المتواصل اخذت عينة من الدم لتحديد نسبة استهلاك البروتين وحينما عولجت النسبة عملياً وجد انها تصل الى ٩٠٪ من النسبة التي اوصت بها الحكومة الامريكية لوماتها في تناولها بروتيناً ، والمتعلقة في شكل احماض امينية . كمضيق اللوسين ، والذي يعتبر احد المصادر الرئيسية في بناء بروتين العضلات والتوفر عن طريق التغذية السليمة .

توصيات البحث افادت بان الشخص الرياضي الذي سلاتزم بتناول نسبة البروتين المنخفضة والتي اوصت بها الحكومة الامريكية لرعاياها سوف يكون عده نقص بروتين وبالتالي يبدأ جسمه باستهلاك بروتين العضلات والذي هو من امدد العلة اليه . .. وذلك لان استعمال بروتين العضلات سوف يفقد اللاعب نسبة كبيرة من قوة العضلات المتعبة وهكذا يحدث التعب المبكر اسرع مما هو متوقع .

الباحثون في علم التغذية حريصون كل الحرص على تقديم افضل المعلومات في تغذية الرياضيين ، حتى يشكروا في تقديم افضل مستوى من الاداء الحركي . وذلك طريق توفير التغذية والغذاء المناسب ، والذي يتناسب مع طبيعة اللاعب واللياقة . فيد حجب طولة بين الجهاز الفني والجهاز الاداري ، والمدرّب واللاعب عن الغذاء المناسب الذي يخدم اللاعب في امداده بالطاقة اللازمة ويساهم في رفع مستوى اداءه ، قام فريق من العلماء باجراء دراسات عديدة على مجموعة من اللاعبين في الداب مختلفة .

الدرب كان ولازال البعض يمارس السطوة في الفرض على اللاعب وجبات غذائية دسمة تحتوي على نسبة كبيرة من الدهون . ونسب متوسطة من البروتينات ، واقل نسبة من الكربوهيدرات والسكريات . .. اللاعبين في معظم الاحوال يهملون عن تناولها اعتقاداً منهم بانها تعمل على اعادة ادمه وتترك اوقاف وبالتالي يشعر بفقدان نسبة كبيرة من الطاقة قبل انتهاء المنافسة او الفترة التدريبية .

الباحث الدكتور وليام اينان الذي راس الفريق العلمي ، والمشارف على ادارة الفرق الرياضية بجامعة تكساس الحكومية ، اذاد بان معظم المدربين واللاعبين توجد لديهم عقيدة بانهم لا يستطيعون البروتين كمصدر للطاقة اثناء النشاط الحركي . وبالتالي يميلون على استعمال نسب صغيرة منه ويستخدمونها حتى اعمالهم . .. وفي معظم الحالات نجد التركيز يكون على الكربوهيدرات والدهون كمصدر اساسي للطاقة التي تزود عضلاتهم المتعبة اثناء النشاط الحركي .

الدراسات افادت بان الشخص الرياضي يستهلك ما مجموعه ٧٠٪ من البروتين في مجموع السموات الحرارية خلال النشاط البدني . هذه النسبة ربما تظهر منخفضة حينما تقارن بالنسب الاخرى من الكربوهيدرات والدهون . اجريت التجربة على مجموعة من الرياضيين قاموا بركي الدراجة الثابتة لمدة ساعتين متتاليتين وبمقاومة منخفضة . بعد المساعدة من الجهد المتواصل اخذت عينة من الدم لتحديد نسبة استهلاك البروتين وحينما عولجت النسبة عملياً وجد انها تصل الى ٩٠٪ من النسبة التي اوصت بها الحكومة الامريكية لوماتها في تناولها بروتيناً ، والمتعلقة في شكل احماض امينية . كمضيق اللوسين ، والذي يعتبر احد المصادر الرئيسية في بناء بروتين العضلات والتوفر عن طريق التغذية السليمة .

توصيات البحث افادت بان الشخص الرياضي الذي سلاتزم بتناول نسبة البروتين المنخفضة والتي اوصت بها الحكومة الامريكية لرعاياها سوف يكون عده نقص بروتين وبالتالي يبدأ جسمه باستهلاك بروتين العضلات والذي هو من امدد العلة اليه . .. وذلك لان استعمال بروتين العضلات سوف يفقد اللاعب نسبة كبيرة من قوة العضلات المتعبة وهكذا يحدث التعب المبكر اسرع مما هو متوقع .

الباحثون في علم التغذية حريصون كل الحرص على تقديم افضل المعلومات في تغذية الرياضيين ، حتى يشكروا في تقديم افضل مستوى من الاداء الحركي . وذلك طريق توفير التغذية والغذاء المناسب ، والذي يتناسب مع طبيعة اللاعب واللياقة . فيد حجب طولة بين الجهاز الفني والجهاز الاداري ، والمدرّب واللاعب عن الغذاء المناسب الذي يخدم اللاعب في امداده بالطاقة اللازمة ويساهم في رفع مستوى اداءه ، قام فريق من العلماء باجراء دراسات عديدة على مجموعة من اللاعبين في الداب مختلفة .

الدرب كان ولازال البعض يمارس السطوة في الفرض على اللاعب وجبات غذائية دسمة تحتوي على نسبة كبيرة من الدهون . ونسب متوسطة من البروتينات ، واقل نسبة من الكربوهيدرات والسكريات . .. اللاعبين في معظم الاحوال يهملون عن تناولها اعتقاداً منهم بانها تعمل على اعادة ادمه وتترك اوقاف وبالتالي يشعر بفقدان نسبة كبيرة من الطاقة قبل انتهاء المنافسة او الفترة التدريبية .

الباحث الدكتور وليام اينان الذي راس الفريق العلمي ، والمشارف على ادارة الفرق الرياضية بجامعة تكساس الحكومية ، اذاد بان معظم المدربين واللاعبين توجد لديهم عقيدة بانهم لا يستطيعون البروتين كمصدر للطاقة اثناء النشاط الحركي . وبالتالي يميلون على استعمال نسب صغيرة منه ويستخدمونها حتى اعمالهم . .. وفي معظم الحالات نجد التركيز يكون على الكربوهيدرات والدهون كمصدر اساسي للطاقة التي تزود عضلاتهم المتعبة اثناء النشاط الحركي .

الدراسات افادت بان الشخص الرياضي يستهلك ما مجموعه ٧٠٪ من البروتين في مجموع السموات الحرارية خلال النشاط البدني . هذه النسبة ربما تظهر منخفضة حينما تقارن بالنسب الاخرى من الكربوهيدرات والدهون . اجريت التجربة على مجموعة من الرياضيين قاموا بركي الدراجة الثابتة لمدة ساعتين متتاليتين وبمقاومة منخفضة . بعد المساعدة من الجهد المتواصل اخذت عينة من الدم لتحديد نسبة استهلاك البروتين وحينما عولجت النسبة عملياً وجد انها تصل الى ٩٠٪ من النسبة التي اوصت بها الحكومة الامريكية لوماتها في تناولها بروتيناً ، والمتعلقة في شكل احماض امينية . كمضيق اللوسين ، والذي يعتبر احد المصادر الرئيسية في بناء بروتين العضلات والتوفر عن طريق التغذية السليمة .

توصيات البحث افادت بان الشخص الرياضي الذي سلاتزم بتناول نسبة البروتين المنخفضة والتي اوصت بها الحكومة الامريكية لرعاياها سوف يكون عده نقص بروتين وبالتالي يبدأ جسمه باستهلاك بروتين العضلات والذي هو من امدد العلة اليه . .. وذلك لان استعمال بروتين العضلات سوف يفقد اللاعب نسبة كبيرة من قوة العضلات المتعبة وهكذا يحدث التعب المبكر اسرع مما هو متوقع .

الباحثون في علم التغذية حريصون كل الحرص على تقديم افضل المعلومات في تغذية الرياضيين ، حتى يشكروا في تقديم افضل مستوى من الاداء الحركي . وذلك طريق توفير التغذية والغذاء المناسب ، والذي يتناسب مع طبيعة اللاعب واللياقة . فيد حجب طولة بين الجهاز الفني والجهاز الاداري ، والمدرّب واللاعب عن الغذاء المناسب الذي يخدم اللاعب في امداده بالطاقة اللازمة ويساهم في رفع مستوى اداءه ، قام فريق من العلماء باجراء دراسات عديدة على مجموعة من اللاعبين في الداب مختلفة .

الدرب كان ولازال البعض يمارس السطوة في الفرض على اللاعب وجبات غذائية دسمة تحتوي على نسبة كبيرة من الدهون . ونسب متوسطة من البروتينات ، واقل نسبة من الكربوهيدرات والسكريات . .. اللاعبين في معظم الاحوال يهملون عن تناولها اعتقاداً منهم بانها تعمل على اعادة ادمه وتترك اوقاف وبالتالي يشعر بفقدان نسبة كبيرة من الطاقة قبل انتهاء المنافسة او الفترة التدريبية .

الباحث الدكتور وليام اينان الذي راس الفريق العلمي ، والمشارف على ادارة الفرق الرياضية بجامعة تكساس الحكومية ، اذاد بان معظم المدربين واللاعبين توجد لديهم عقيدة بانهم لا يستطيعون البروتين كمصدر للطاقة اثناء النشاط الحركي . وبالتالي يميلون على استعمال نسب صغيرة منه ويستخدمونها حتى اعمالهم . .. وفي معظم الحالات نجد التركيز يكون على الكربوهيدرات والدهون كمصدر اساسي للطاقة التي تزود عضلاتهم المتعبة اثناء النشاط الحركي .

الدراسات افادت بان الشخص الرياضي يستهلك ما مجموعه ٧٠٪ من البروتين في مجموع السموات الحرارية خلال النشاط البدني . هذه النسبة ربما تظهر منخفضة حينما تقارن بالنسب الاخرى من الكربوهيدرات والدهون . اجريت التجربة على مجموعة من الرياضيين قاموا بركي الدراجة الثابتة لمدة ساعتين متتاليتين وبمقاومة منخفضة . بعد المساعدة من الجهد المتواصل اخذت عينة من الدم لتحديد نسبة استهلاك البروتين وحينما عولجت النسبة عملياً وجد انها تصل الى ٩٠٪ من النسبة التي اوصت بها الحكومة الامريكية لوماتها في تناولها بروتيناً ، والمتعلقة في شكل احماض امينية . كمضيق اللوسين ، والذي يعتبر احد المصادر الرئيسية في بناء بروتين العضلات والتوفر عن طريق التغذية السليمة .

توصيات البحث افادت بان الشخص الرياضي الذي سلاتزم بتناول نسبة البروتين المنخفضة والتي اوصت بها الحكومة الامريكية لرعاياها سوف يكون عده نقص بروتين وبالتالي يبدأ جسمه باستهلاك بروتين العضلات والذي هو من امدد العلة اليه . .. وذلك لان استعمال بروتين العضلات سوف يفقد اللاعب نسبة كبيرة من قوة العضلات المتعبة وهكذا يحدث التعب المبكر اسرع مما هو متوقع .

الباحثون في علم التغذية حريصون كل الحرص على تقديم افضل المعلومات في تغذية الرياضيين ، حتى يشكروا في تقديم افضل مستوى من الاداء الحركي . وذلك طريق توفير التغذية والغذاء المناسب ، والذي يتناسب مع طبيعة اللاعب واللياقة . فيد حجب طولة بين الجهاز الفني والجهاز الاداري ، والمدرّب واللاعب عن الغذاء المناسب الذي يخدم اللاعب في امداده بالطاقة اللازمة ويساهم في رفع مستوى اداءه ، قام فريق من العلماء باجراء دراسات عديدة على مجموعة من اللاعبين في الداب مختلفة .

الدرب كان ولازال البعض يمارس السطوة في الفرض على اللاعب وجبات غذائية دسمة تحتوي على نسبة كبيرة من الدهون . ونسب متوسطة من البروتينات ، واقل نسبة من الكربوهيدرات والسكريات . .. اللاعبين في معظم الاحوال يهملون عن تناولها اعتقاداً منهم بانها تعمل على اعادة ادمه وتترك اوقاف وبالتالي يشعر بفقدان نسبة كبيرة من الطاقة قبل انتهاء المنافسة او الفترة التدريبية .

الباحث الدكتور وليام اينان الذي راس الفريق العلمي ، والمشارف على ادارة الفرق الرياضية بجامعة تكساس الحكومية ، اذاد بان معظم المدربين واللاعبين توجد لديهم عقيدة بانهم لا يستطيعون البروتين كمصدر للطاقة اثناء النشاط الحركي . وبالتالي يميلون على استعمال نسب صغيرة منه ويستخدمونها حتى اعمالهم . .. وفي معظم الحالات نجد التركيز يكون على الكربوهيدرات والدهون كمصدر اساسي للطاقة التي تزود عضلاتهم المتعبة اثناء النشاط الحركي .

الدراسات افادت بان الشخص الرياضي يستهلك ما مجموعه ٧٠٪ من البروتين في مجموع السموات الحرارية خلال النشاط البدني . هذه النسبة ربما تظهر منخفضة حينما تقارن بالنسب الاخرى من الكربوهيدرات والدهون . اجريت التجربة على مجموعة من الرياضيين قاموا بركي الدراجة الثابتة لمدة ساعتين متتاليتين وبمقاومة منخفضة . بعد المساعدة من الجهد المتواصل اخذت عينة من الدم لتحديد نسبة استهلاك البروتين وحينما عولجت النسبة عملياً وجد انها تصل الى ٩٠٪ من النسبة التي اوصت بها الحكومة الامريكية لوماتها في تناولها بروتيناً ، والمتعلقة في شكل احماض امينية . كمضيق اللوسين ، والذي يعتبر احد المصادر الرئيسية في بناء بروتين العضلات والتوفر عن طريق التغذية السليمة .

توصيات البحث افادت بان الشخص الرياضي الذي سلاتزم بتناول نسبة البروتين المنخفضة والتي اوصت بها الحكومة الامريكية لرعاياها سوف يكون عده نقص بروتين وبالتالي يبدأ جسمه باستهلاك بروتين العضلات والذي هو من امدد العلة اليه . .. وذلك لان استعمال بروتين العضلات سوف يفقد اللاعب نسبة كبيرة من قوة العضلات المتعبة وهكذا يحدث التعب المبكر اسرع مما هو متوقع .

الباحثون في علم التغذية حريصون كل الحرص على تقديم افضل المعلومات في تغذية الرياضيين ، حتى يشكروا في تقديم افضل مستوى من الاداء الحركي . وذلك طريق توفير التغذية والغذاء المناسب ، والذي يتناسب مع طبيعة اللاعب واللياقة . فيد حجب طولة بين الجهاز الفني والجهاز الاداري ، والمدرّب واللاعب عن الغذاء المناسب الذي يخدم اللاعب في امداده بالطاقة اللازمة ويساهم في رفع مستوى اداءه ، قام فريق من العلماء باجراء دراسات عديدة على مجموعة من اللاعبين في الداب مختلفة .

الدرب كان ولازال البعض يمارس السطوة في الفرض على اللاعب وجبات غذائية دسمة تحتوي على نسبة كبيرة من الدهون . ونسب متوسطة من البروتينات ، واقل نسبة من الكربوهيدرات والسكريات . .. اللاعبين في معظم الاحوال يهملون عن تناولها اعتقاداً منهم بانها تعمل على اعادة ادمه وتترك اوقاف وبالتالي يشعر بفقدان نسبة كبيرة من الطاقة قبل انتهاء المنافسة او الفترة التدريبية .

الباحث الدكتور وليام اينان الذي راس الفريق العلمي ، والمشارف على ادارة الفرق الرياضية بجامعة تكساس الحكومية ، اذاد بان معظم المدربين واللاعبين توجد لديهم عقيدة بانهم لا يستطيعون البروتين كمصدر للطاقة اثناء النشاط الحركي . وبالتالي يميلون على استعمال نسب صغيرة منه ويستخدمونها حتى اعمالهم . .. وفي معظم الحالات نجد التركيز يكون على الكربوهيدرات والدهون كمصدر اساسي للطاقة التي تزود عضلاتهم المتعبة اثناء النشاط الحركي .

الدراسات افادت بان الشخص الرياضي يستهلك ما مجموعه ٧٠٪ من البروتين في مجموع السموات الحرارية خلال النشاط البدني . هذه النسبة ربما تظهر منخفضة حينما تقارن بالنسب الاخرى من الكربوهيدرات والدهون . اجريت التجربة على مجموعة من الرياضيين قاموا بركي الدراجة الثابتة لمدة ساعتين متتاليتين وبمقاومة منخفضة . بعد المساعدة من الجهد المتواصل اخذت عينة من الدم لتحديد نسبة استهلاك البروتين وحينما عولجت النسبة عملياً وجد انها تصل الى ٩٠٪ من النسبة التي اوصت بها الحكومة الامريكية لوماتها في تناولها بروتيناً ، والمتعلقة في شكل احماض امينية . كمضيق اللوسين ، والذي يعتبر احد المصادر الرئيسية في بناء بروتين العضلات والتوفر عن طريق التغذية السليمة .

توصيات البحث افادت بان الشخص الرياضي الذي سلاتزم بتناول نسبة البروتين المنخفضة والتي اوصت بها الحكومة الامريكية لرعاياها سوف يكون عده نقص بروتين وبالتالي يبدأ جسمه باستهلاك بروتين العضلات والذي هو من امدد العلة اليه . .. وذلك لان استعمال بروتين العضلات سوف يفقد اللاعب نسبة كبيرة من قوة العضلات المتعبة وهكذا يحدث التعب المبكر اسرع مما هو متوقع .

الباحثون في علم التغذية حريصون كل الحرص على تقديم افضل المعلومات في تغذية الرياضيين ، حتى يشكروا في تقديم افضل مستوى من الاداء الحركي . وذلك طريق توفير التغذية والغذاء المناسب ، والذي يتناسب مع طبيعة اللاعب واللياقة . فيد حجب طولة بين الجهاز الفني والجهاز الاداري ، والمدرّب واللاعب عن الغذاء المناسب الذي يخدم اللاعب في امداده بالطاقة اللازمة ويساهم في رفع مستوى اداءه ، قام فريق من العلماء باجراء دراسات عديدة على مجموعة من اللاعبين في الداب مختلفة .

الدرب كان ولازال البعض يمارس السطوة في الفرض على اللاعب وجبات غذائية دسمة تحتوي على نسبة كبيرة من الدهون . ونسب متوسطة من البروتينات ، واقل نسبة من الكربوهيدرات والسكريات . .. اللاعبين في معظم الاحوال يهملون عن تناولها اعتقاداً منهم بانها تعمل على اعادة ادمه وتترك اوقاف وبالتالي يشعر بفقدان نسبة كبيرة من الطاقة قبل انتهاء المنافسة او الفترة التدريبية .

الباحث الدكتور وليام اينان الذي راس الفريق العلمي ، والمشارف على ادارة الفرق الرياضية بجامعة تكساس الحكومية ، اذاد بان معظم المدربين واللاعبين توجد لديهم عقيدة بانهم لا يستطيعون البروتين كمصدر للطاقة اثناء النشاط الحركي . وبالتالي يميلون على استعمال نسب صغيرة منه ويستخدمونها حتى اعمالهم . .. وفي معظم الحالات نجد التركيز يكون على الكربوهيدرات والدهون كمصدر اساسي للطاقة التي تزود عضلاتهم المتعبة اثناء النشاط الحركي .

الدراسات افادت بان الشخص الرياضي يستهلك ما مجموعه ٧٠٪ من البروتين في مجموع السموات الحرارية خلال النشاط البدني . هذه النسبة ربما تظهر منخفضة حينما تقارن بالنسب الاخرى من الكربوهيدرات والدهون . اجريت التجربة على مجموعة من الرياضيين قاموا بركي الدراجة الثابتة لمدة ساعتين متتاليتين وبمقاومة منخفضة . بعد المساعدة من الجهد المتواصل اخذت عينة من الدم لتحديد نسبة استهلاك البروتين وحينما عولجت النسبة عملياً وجد انها تصل الى ٩٠٪ من النسبة التي اوص

